UNIVERSAL
LIBRARY

॥ श्रीउद्योगदेवता प्रसन्न. ॥

ज्ञानमित्र पुस्तक-माला, पुष्प चोवीसावें.

सचित्र

टेलिपॅथी-इन्स्ट्रक्टर  

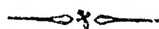
-अर्थात-

  मानस-संदेश-शिक्षक



लेखक,

लक्ष्मण नारायण जोशी.



प्रकाशक व मुद्रक,

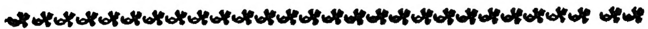
नारायण बळवंत चव्हाण.



द्वितीयावृत्ति.] सन १९२३. [किं. एक रुपया.



मानसिक सामर्थ्य वाढवून आपली स्वतःची आपल्या समाजाची व आपल्या देशांची उन्नति करून घ्यावयाची असेल तर



हें पुस्तक पुणें, पेठ शनिवार, घ. नं. ४८३ येथें, नारायण बळवंत चव्हाण यांनीं आपल्या "हरिहर" नामक छापखान्यांत छापून ज्ञानमित्र कचेरी, शनवार पेठ, पुणें शहर येथें प्रसिद्ध केलें.

प्रस्तावना.

धन्य धन्य हा नरदेहो । त्याची अपूर्वता पहा हो ॥
जों जों कीजे परमार्थ–लाहो । तों तों पावे सिद्धीतें ॥

मन हें संकल्पात्मक असून बुद्धि निश्चयात्मक असते. यास्तव, मनाच्या संकल्पाला स्वैरसंचार करूं न देतां, बुद्धीच्या बंधनानें त्याला सरळ स्वरूप देऊन, अंतर्गत प्रचंड आत्मशक्तीच्या व आत्मशांतीच्या ऐक्याचा पूर्ण अनुभव घेणें, हेंच चित्तसंयमाचें आदि तत्त्व होय. चित्तसंयमानेंच मानवाला अकल्पनीय सामर्थ्य प्राप्त करून घेतां येतें. मनोनिग्रह–शक्तीच्या अभावामुळें, जें अपयश वारंवार येतें, त्याचें कारण जी मनाची दुर्बळता, तिचा त्याग केल्यानेंच मनोनिग्रह होतो. मनोनिग्रह शांति व शक्ति यांच्या ऐक्यानें करतां येतो. शांति व शक्ति ज्या अवस्थेंत एकत्रपणें वास करतात तेंच चित्तसंयमाचें लक्षण होय. अशा स्थितींत शक्तीचें बळ पूर्ण असून शांतीचें स्वरूप पूर्ण उदात्ततेचें असतें. अव्यवसायिक स्वस्थता हीच सुप्तावस्था होय.

नसता विकल्प, खोटें औदासीन्य, भीतीचा अतिरेक, फाजील संताप, जबरदस्त विषयवासना, अफाट मनस्ताप, कल्पनातीत क्षोभ, या किंवा अशाच प्रकारच्या मनोवृत्तींमुळें मनाची शांति नष्ट होऊन

स्थैर्य ढळतें आणि त्यामुळेंच सर्व चराचरासंबंधानें अविश्वास उत्पन्न होतो. इच्छित विषय प्राप्त न होतां वासना कायम राहिल्यास मानवाची सर्व शक्ति लय पावून त्याच्या अवयवांत कांहींच ताकत राहात नाहीं. ही स्थिति नाहींशी करण्यासाठीं आपलें सर्व लक्ष्य, आपल्या पावलांच्या बोटांच्या टोकांकडे लावून, त्या विकारलहरींनां सावकाश बाहेर पडूं द्यावें.

मनांत जो विचार प्रबल असतो, त्याच्या अनुसंधानानेंच शरीरांतल्या शक्तीचा प्रवाह चालत असतो. अज्ञाननिद्रेतून जागृतावस्थेंत आलेल्या सर्व जीवांना या गोष्टीचें सत्यत्व तेव्हांच पटतें. याचमुळें मानसिक ध्यान हें अत्यंत श्रेष्ठ, ' आहे असें भूमंडळावर ठरलें गेलें आहे. अशा या शास्त्राचें, प्रकृत पुस्तकांत—सांगोपांग विवेचन केलें असल्यामुळें, हें अमूल्य शास्त्र प्रत्येकानें व्यवहारांत अवश्य आणावें. याचा शास्त्रीय रीत्या अभ्यास केल्यास—उतावळेपणानें निष्ठा जर सोडली नाहीं तर—प्रत्येकाला यश येण्यास कोणचीहि हरकत आड येणार नाहीं.

तुम्हांला जर शांति—देवतेच्या मंदिरांत प्रवेश करून सुख—साम्राज्यांत नांदावयाचें असेल, तर तुम्ही आपल्या देहाभिमानाला बाहेर ठेवून, शुद्धांतःकरणानें हृदयस्थ गूढ चैतन्याकडे, अगदीं शांत होऊन, लक्ष्यपूर्ण झालें पाहिजे. अशा स्थितींत कांहीं काळ लोटल्यावर त्या सविकल्प पण शांत स्थितींतील सूक्ष्म संकल्पाकडे आपोआप लक्ष जातें. तोच संकल्प निर्विकल्प शांतिसुखाचा लाभ करून देतो, अशी दृढ-

भावना धरली असतां, मनाचा मनपणाहि पार रसातळाला जाऊन, आत्मसुखाचें साम्राज्य प्राप्त होतें.

'यादृशी भावना यस्य सिद्धिर्भवति तादृशी.' म्हणजे जशी ज्याची भावना तशी त्याला सिद्धि मिळते, असा भगवंतांनीं जो सिद्धांत सांगितला आहे, तो नेहमीं प्रत्ययाला येतो. यासाठीं नेहमीं कोणच्याहि स्थितींत 'मी सुखी आहें' असा विचार करून, वृत्ति आनंदी ठेवावी म्हणजे सुखसंपन्नता प्राप्त होते.

'ब्रह्मचर्यप्रतिष्ठायां वीर्यलाभः' म्हणजे ब्रह्मचर्यानें वीर्याचा लाभ होतो, असें पातंजलयोगांत जें स्पष्ट सांगितलें आहे, त्याला कधींहि हरताळ लागणें शक्य नाहीं. ब्रह्मचर्यावांचून दैवी संपत्तीचा लाभ होत नसतो. स्त्रीविषयक कल्पनेनें ज्याला रामराम ठोकलेला असेल, त्याला अमोघ वीर्याची प्राप्ति होते व त्याप्रमाणें त्याची इच्छाशक्तीहि अत्यंत प्रबळ होते. याच ब्रह्मचर्यामुळें जगावरहि ताबा मिळवितां येतो. आजपर्यंत ज्या ज्या थोर विभूति होऊन गेल्या, त्या सर्व ब्रह्मचारीच होत्या. नियमपूर्ण एकपत्निव्रत हेंहि ब्रह्मचर्यच होय.

मनःप्रवृत्ति, ही प्रत्येक जीवांत पूर्वसंस्कारजन्यच असते, ही गोष्ट जरी सत्य आहे, तरी मुद्दाम आपण होऊन उत्पन्न केलेल्या ओंगळ विचारांनीं तिला अधिक जोर प्राप्त होतो, आणि त्यामुळें जन्माचें मातेरें होतें. यास्तव, तसले विचार जर हृदयस्थ होऊं देण्याचा विचारच

केला नाहीं, तर ' त्रिविधदुःखस्य अत्यंतनिवृत्तिरत्यंत पुरुषार्थः ' असें जें सांख्यसूत्र आहे, त्याच्या अनुरोधानें, त्रिविध प्रकारच्या दुःखांचा समूळ नाश झाल्याखेरीज खरी पुरुषार्थलाभप्राप्ती झाली, असें म्हणवणार नाहीं. जितकी शांति अधिक, तितका कार्याचा वेग जास्त असतो. वेग जितक्या जोराचा असेल, तशाच प्रकारची फलनिष्पत्ति होते. कोणचेंहि कार्य शांततेंत उत्तम होतें, असा नियम आहे.

प्रत्येक मानसिक क्रियेंत—विचारगांभीर्य, भावनागांभीर्य व संवेदनागांभीर्य—हीं दृष्टोत्पत्तीस आलीं पाहिजेत. कारण, एकाग्रतेचें खरें कार्य गांभीर्य हेंच असतें. एकाग्रतेचा मुख्य हेतु देहांतलि साऱ्या शक्ति इष्ट दिशेनें वळवितां येणें हाच असतो व तें कार्य कसें करावें, याचेंच विवेचन प्रकृत पुस्तकांत अगदीं सरळ रस्त्यांनीं व सोप्या भाषेंत केलेलें असल्यामुळें, वाचकांना तें अगदीं सहज समजण्यासारखें झालें आहे. म्हणून, या जुन्याच पण नूतनोपलब्ध विद्येचा लाभ सज्जन लोक करून घेतील अशी आशा आहे. दुष्ट मनोवृत्तींच्या लोकांनीं हें पुस्तक वाचूं नये, असें शेवटीं स्पष्ट सांगून ही प्रस्तावना पुरी करतों.

ग्रंथकर्ता,

ल. ना. जोशी.



दुसऱ्या आवृत्तीची प्रस्तावना.

सृष्टपदार्थविज्ञान—शास्त्रांतर्गत जीं अनेक शास्त्रें आहेत, त्यांतील अग्रस्थान प्राणीशास्त्राला मिळालेलें आहे व त्यांतूनच मानसशास्त्राची उत्पत्ति झालेली आहे. मानसशास्त्र हें अत्यंत विस्तृत असें शास्त्र असून, प्रकृत पुस्तक हें त्या शास्त्राची जरी एक शाखा आहे, तरी उत्तमोत्तम सुखाच्या शोधार्थ मानवी प्राणी ज्या ज्या म्हणून खटपटी व लटपटी करीत असतो, त्या सर्वांचें बीजभूत तत्व यांतच निगूढित होऊन राहिलें असल्यानें, या पुस्तकांत जो विषय विशद केला आहे, तोच या म्हणजे मानस—संदेश—शिक्षक पुस्तकाचा आत्मा आहे, आणि म्हणूनच अशा त्या सर्वसुखकारक आत्म्याची प्रत्येक ज्ञानेच्छूनें ओळख करून घेणें अत्यंतावश्यक आहे. कारण, त्यापासून सर्व इष्टप्राप्ति होते हें निर्विवाद आहे.

कोणचीहि गोष्ट अभ्यासानें अंगवळणीं पडते, या न्यायानें, हें सर्वगुणकारी शास्त्र जरी प्रथम अवघड असें वाटलें, तरी तें रोजच्या अभ्यासाच्या परिपाठानें नित्यकर्मांतीलच एक कर्म होऊन करतलामलावत् होऊन, अंतीं सुखप्रद होतें, असा अनुभव आहे. यास्तव, याचा सदिच्छेनें सर्वांनीं अंगिकार करावा अशी विनंती आहे.

अप्रसिद्ध परंतु अत्युपयोगी अशा या शास्त्राचें पुस्तक छापण्याचें धारिष्ट प्रथम आमचे मित्र रा. ना. ब. चव्हाण यांनी केलें; व सद्‍ब्रह्मकृपेनें त्यांना त्यांत यश आल्यानेंच, ते पुन्हां आमच्याकडून प्रथमावृत्तीपेक्षां अधिक विस्तृत अशा स्वरूपांत याची द्वितीयावृत्ति काढण्यास जे तत्पर झाले, तेंच, हें पुस्तक उत्तरोत्तर लोकप्रिय होत चाललें असल्याची साक्ष देतें आहे. प्रथमावृत्तींत या पुस्तकाला 'मानसिक–संदेश–शिक्षक' असें जें नांव दिलें होतें, तें नव्या आवृत्तींत बदलून 'मानस-संदेश–शिक्षक' असें जें दुरुस्त केलें आहे, त्याचें कारण इतकेंच कीं, 'मानसिक' या शब्दातील 'इक' हा प्रत्यय 'मनासंबंधानें' असा जो अर्थ सूचित करतो, तो आम्हांला नको असून, 'मनाचा' मूळचा असाच अर्थ हवा असल्यानें त्या 'इक' प्रत्ययाला या आवृत्तींतून रजा दिली आहे. असो. माझे देशबांधव पुस्तकाचा सदुपयोग करून घेऊन, स्वधर्म व स्वदेश यांबरोबरच स्वोद्धार करून घेवोत अशी इच्छा प्रकट करून, ही द्वितीयावृत्तीची प्रस्तावना येथें संपवितों.

पुणें शहर. | ग्रंथकर्ता,
ता. २०।९।२३. | लक्ष्मण नारायण जोशी.



सचित्र

टेलिपॅथी–इन्स्ट्रक्टर

—अर्थात्—

मानस–संदेश–शिक्षक.

विषयप्रवेश.

धाता पूर्वमकल्पयत.

—श्रुति

परमेश्वराची सर्वोत्तम कृति म्हणून म्हटला गेलेला जो मनुष्य प्राणी, तो स्वतःशीं जगद्विचार करूं लागला म्हणजे, दृश्य सृष्टीच्या मागें तिला बीजभूत म्हणून कोणची तरी एक अद्भुत व गुप्त शक्ति असून, ती या सृष्टीला सर्वसाधारण आहे, असें त्याला समजूं लागतें व तसाच पुढें त्यानें नेटानें शोध चालू ठेविला म्हणजे ती शक्ति अमुक आहे असा आपोआपच त्याच्या हृदयांत प्रकाश पडूं लागतो. तसा प्रकाश एकदां पडूं लागल्यावर, त्या अदृश्य शक्तीचे गुणधर्म व व्याप्ति हीं ध्यानांत येतात आणि मग या ब्रह्मांडांत न सांपडणारी अशी एकहि गोष्ट त्या शक्तिग्राह्य नसल्याबद्दल खात्री पटते.

मानस-संदेश-शिक्षक.

पुढची मजल आल्यावर मनुष्याची बाह्य दृष्टि आंतरदृष्टि बनते, आणि ती बाह्यदृष्टीचा नाद सोडून देते. एवढा आंतर्दृष्टीचा अधिकार प्राप्त झाला म्हणजे त्याला स्पष्ट असें दिसूं लागतें कीं, या सर्व सृष्टींत, खनिज पदार्थांत, वनस्पतींत, पशुपक्षिवर्गांत, अणुरेणूंत, एकंदरींत सर्व चराचरांत जें काय एकच तत्त्व व्यापून राहिलेलें आहे, त्यालाच चैतन्य अथवा मन अशी मानवांनीं संज्ञा दिलेली आहे. मन आहे म्हणूनच ही बाह्य सृष्टि आपल्याला चमत्कृतिपरिप्लुत दिसते. मन आहे म्हणूनच पंचतत्त्वें निर्माण झालीं आहेत. वनस्पतींना निर्माण करणारें मनच होय. पशुपक्ष्यादिकांचें जनकत्व मनाकडेच आहे. चंद्रसूर्यादि असंख्य तेजःपुंज तारे मनानेंच निर्माण केले. सर्व चलनवलनादि कार्यें मनच करीत असतें. मन ही एक मोठी अजब शक्ति आहे. ती सर्व चराचरांत ओतप्रोत भरलेली आहे. ज्या ज्या ठिकाणीं ती सूक्ष्म असते तेथें तेथें ती जड रूपानें दृग्गोचर होते व ज्या ठिकाणीं ती आधिक्यानें व्याप्त असते, त्या ठिकाणीं ती चेतनारूप दिसते. प्रत्येक अणुरेणूपासून तों थेट मानवी प्राण्यापर्यंत झाडून सर्व ब्रह्मांड त्याच्या निर्मात्याकडे धाव घेतें आहे. आपणांस दृश्य असणाऱ्या या जगड्व्याळ पोकळींत असंख्य जीवांचा समूह एकसारखा वरवर जात असतां परस्परांत धक्काबुक्की करीत आहे, दुर्बल मागें राहात आहेत व जोरदार पुढें जात आहेत. ही गोष्ट सूर्यकिरणांच्या

लंबरूप पडलेल्या भूपृष्ठावरील कोढशांत भ्रमण करीत असलेल्या अणुमात्र जीवांच्या दृश्यावरून जरी दृष्टीस पडते, तरी दुर्बल व सबल—सर्व योग्य काळीं एकाच ठिकाणीं जाऊन पोंचणार, हें सत्य आहे.

मन हेंच सृष्टि कशावरून निर्माण करतें याबद्दल आतां एकच उदाहरण घेऊन तें सिद्ध करूं. आग्र्याचा ताजमहाल लक्षांत घ्या. तो पाहिल्याबरोबर आपलें मन थक्क होऊन जातें. त्यांतील शिल्पशास्त्रज्ञांच्या व कारागिरांच्या कौशल्याचें आपल्याला कौतुक वाटतें. त्यांतील निरनिराळे घुमट, निरनिराळीं दालनें, निरनिराळे जिने, निरनिराळया ग्यालऱ्या, दरवाजे, इतकेंच नव्हे तर कोनाकोपरासुद्धां प्रथम शिल्पशास्त्रज्ञांच्या आणि कारागिरांच्या मनांतच उत्पन्न झाले होते आणि ती उत्पत्ति शेंकडो वेळ त्यांच्या मनांत घोळघोळूनच नंतर अशा सुंदर आणि प्रचंड स्थूल रूपानें तो आपल्या दृष्टीला व्यक्त झाला आहे. हीच गोष्ट विश्वकर्म्याची आहे. त्याच्या मनांत ‘ धाता पूर्वमकल्पयत् ’ ह्या श्रुतिवचनाप्रमाणें कल्पना प्रथम उत्पन्न होऊन, नंतरच हें विश्व तीतून उत्पन्न झालेलें आपणांस दिसतें आहे. अंतःसृष्टीचा संबंध यःकश्चित अणुरेणूपासून तों थेट ब्रह्मदेवापर्यंत एकसारखाच आहे; परंतु बाह्य सृष्टीशीं मनुष्याचा हा संबंध कोणच्या रज्जूनें जोडला गेला आहे तें मात्र समजण्याला आपल्याला मार्ग नाहीं.

मानस-संदेस-शिक्षक.

सर्व गात्रांत प्रधानगात्र जें शिरकमल, त्यांत सृष्ट्युत्पादकानें मोठ्या कुशलतेनें जें एक चमत्कारिक यंत्र ठेवून दिलें आहे, त्यालाच आपण मस्तिष्क अथवा मेंदू (Brain) असें म्हणतों. मेंदूच्या एका बाजूला नेत्रावयव व त्याच्या लगतच श्रोत्रेंद्रियें ठेवण्यांतहि परमेश्वराचें मोठें चातुर्य लक्षांत येतें. नेत्रांनीं जें कांहीं पाहिलें जातें व कानांनीं जें कांहीं ऐकलें जातें तें सर्व प्रकाशलेखक आणि ध्वनिग्राहक यंत्राप्रमाणें मस्तिष्कावर प्रतिबिंबित होतें. त्या मस्तिष्कप्रदेशाचे पुढचा व मागचा असे दोन भाग असतात. पुढच्या भागीं जें वास्तव्य करणारें ती बुद्धि म्हणजे बाह्यमन व मागच्या भागांत जें वास्तव्य करणारें, तें अंतर्मन—सर्व चराचरांत भरून राहिलेलें आहे. म्हणूनच आपल्या मनावर जे जे परिणाम होतात ते ते सर्व विश्वांत होतात. जलाशयांत टाकलेल्या दगडाच्या धक्क्यानें त्याच्या लहरी जशा परतिराला जाऊन पोंचतात तसेंच याचें आहे. बाहिर्मन म्हणजे बुद्धि हीच सारासारविचार करते आणि तीच आपणांला मोहवश करून बंधनांत टाकते. हिच्यापासून अंतर्मन फार निराळें आहे.

' मन एव मनुष्याणां कारणं बंधमोक्षयो ' असें मनाबद्दल भगवंतांनीं श्रीमद्भगवद्‌गीतेंत सांगितलें आहे. अंतर्मनाला जें जें सांगावें तें तें, तें खरें मानीत असतें. त्या मनाला तूं ज्ञानी आहेस, शुद्ध आहेस, योग्य आहेस, सुखरूप आहेस, आनंदी आहेस, अजर—अमर आहेस

वगैरे हवें तें सांगितलें तरी तें खरेंच मानितें. खोटें मानण्याकडे त्याची कधींच प्रवृत्ति होत नाहीं व तें देहधान्यास त्या त्या गुणांनीं पूर्ण मंडित बनवितें. मात्र त्या प्रवृत्तीची भावना त्याच्या मनाचे ठायीं दृढतम झाली पाहिजे. भावना दृढतम नसेल तर सर्व निष्फळ होईल.

योगशास्त्राची किंवा मानसशास्त्राची सर्व मदार याच मनावर अवलंबून असते. 'यादृशी भावनां कुर्यात्, सिद्धिर्भवति तादृशी' या भगवदुक्तींत जें गुप्त रहस्य आहे, तेंच गुह्य 'मन एव मनुष्याणां कारणं बंधमोक्षयो:' या भगवंताच्या वाक्यांत आहे. 'As the man Thinks, so he becomes' अशी इंग्रजींतहि याच अर्थी म्हण आहे. यावरून मनाचें सामर्थ्य फार मोठें असताहि त्याचें ज्ञान आपणांस पुरें नसल्यामुळेंच एखादी गोष्ट अचानक अथवा अकारण घडली असें आपण म्हणतों; परंतु तें तसें खरें नसतें. सर्व विश्व एकाच सृष्टी-नियमानें बद्ध झालेलें आहे, एकाच रज्जूनें त्याला करकचून बांधून टाकलें आहे, एकाच कार्यकारणपरंपरेनें तें निगडित झालेलें आहे आणि म्हणूनच कोणतेंहि कार्य कारणावांचून कधींच घडत नसतें. क्षणोक्षणीं ज्या अनेक गोष्टी घडत असतात, त्यांचें कारण मनाचा प्रभाव हेंच होय. याचप्रमाणें आतापर्यंत घडलें आहे व पुढेंहि घड-णार आहे. असें जर आहे तर या मन:सामर्थ्यानें, आपणांस न कळत घडणाऱ्या गोष्टी आपणाला समजूनउमजून जर करतां आल्या तरच तो

नियम अबाधित आहे असें आपणांस म्हणतां येईल. याच शास्त्रांच्या अंगभूत जो एक हिप्नॉटिझम् म्हणजे मोहिनीविद्येचा भाग आहे, त्यानें अशा प्रकारच्या पुष्कळ गोष्टी साध्य करून घेतां येतात. (या बाबतींत आम्हीं लिहून प्रसिद्ध केलेलें ' मेस्मेरिझम–इन्स्ट्रक्टर अथवा मोहिनीविद्या शिक्षक ' या नांवाचें पुस्तक आहे, तें वाचल्यानें सर्व गोष्टी लक्षांत येतील.) ज्यांनीं ज्यांनीं योगशास्त्राचा परिपूर्ण अभ्यास केल्यानें, अंतर्मनास पूर्ण संस्कृत करून, जगांत मोठमोठालीं कार्यें कशीं घडवून आणिलीं आहेत, त्यांच्या कार्याचें केवढें विशालस्वरूप आहे व त्यांची योग्यता केवढी मोठी आहे, हें आपणांस समजण्यासारखें आहे.

याच मनाच्या प्रभावानें आमच्या प्राचीन कालच्या पूर्वज ऋषींनीं कल्पनातीत शास्त्रें निर्माण करून ठेविलेलीं आहे. तीं अशीं आहेत कीं, त्यांचें मननपूर्वक अवलोकन केल्याबरोबर सध्यांचे जगांतले महान् पंडितहि मतिमंद होऊन आश्चर्यानें थक्क होऊन जातात. राम, कृष्ण, बुद्ध, जिन, शंकराचार्य, येशू, महंमद, ज्ञानेश्वर, एकनाथ, रामदास, तुकाराम वगैरेंनीं याच मनोबलाच्या जोरावर अजरामर कीर्ति संपादन केलेली आहे. रामकृष्णपरमहंस स्वामींनींहि याच मनःप्रभावाच्या जोरावर आपल्या शिष्यवृंदांकडून, नास्तिक बनत चाल- लेल्या अमेरिकेंत वैदिक धर्माचे झेंडे फडकाविले. सारांश काय कीं, याच मनाच्या जोरावर मनुष्याला ईश्वर बनतां येतें. ' नर करणी

करे तो नर का नारायण हो जाय ' असें प्रसिद्ध साधु कबिरानें म्हटलें आहे, तें असत्य कसें ठरेल ! मानवी मनाच्या आटोक्याबाहेरचें असें अखिल विश्वांत कांहींच दिसून येत नाहीं. इतकेंच नव्हे तर मनुष्य प्रति ईश्वररूप होऊं शकतो.

ज्याला अंतर्मनाचें सामर्थ्य वाढवावयाचें असेल, त्यानें आपल्या चंचल अशा बाह्य मनोरूपी हत्तीवर विचाराचा अंकुश रोवला पाहिजे. बाह्यमनाचें संयमन झाल्याशिवाय अतर्मनाचें सामर्थ्य वाढत नाहीं. बाह्यमनाचा लय होणें म्हणजेच मन एकाग्र होणें. एकाग्रतेच्या अंगीं फारच मोठा आणि विलक्षण प्रभाव आहे. सूर्याच्या निरनिराळ्य किरणांत स्वतंत्रपणें जितकी दाहक शक्ति दिसून येत नाहीं, तितकी सूर्यकांत नांवाच्या काचेवर त्याच्या एकीकरणाचें तेज कापसावर पाडलें असतां तो जळून खाक होतो. हीच स्थिति, चंचल अशा बाह्य मनाच्या अनेक कल्पना-विचारांना आंवरून धरून त्यांचें अंतर्मनांत एकीकरण केलें असतां त्यापासून मानवी देहांत विलक्षण शक्ति उत्पन्न होते तसें तें एकाग्र झालेलें मन नंतर हवें तें कर्म सहज लीलेनें करूं शकतें. एकाग्रतेचा असा जो अपूर्व प्रभाव आहे, त्या प्रभावाचा उपयोग, पारमार्थिकाप्रमाणें भौतिकांतहि करून घेता येतो. नित्यक्रमांत एकाग्रतेची फारच जरूरी असते. कोणच्याहि कार्यांत एकाग्रतेवांचून यश:-प्राप्ति होत नाहीं. कोणत्याहि कामांत घाई करणें किंवा घाबरेपणा दाखविणें हें दुर्बल मनाचें द्योतक आहे.

मानस-संदेश-शिक्षक.

आपलें मनोधर्म पूर्णपणें समजून घेऊन व त्यांचा पूर्णपणें अनुभव घेतल्यानंतरच आमच्या पूर्वज ऋषिवर्य तत्त्वज्ञान्यांनीं ते आचारविचारांत बेमालूम गोंवून टाकले आहेत. ते त्यांनीं गोंवून टाकलेले आचार-विचार जर शुद्ध बुद्धीनें आणि श्रद्धेनें पाळले गेले, तर मनाला प्रगल्भावस्था आपोआपच प्राप्त होते.

बिनतारेच्या तारायंत्राचें आपल्याला मोठें कौतुक वाटतें; पण तद्विषयक पुस्तकांच्या प्रस्तावनेंत स्पष्ट म्हटलें आहे कीं 'इ. सन १८५७ मध्यें हिंदु व इंग्रज यांच्या मध्यें हिंदुस्तानांत युद्धप्रसंग सुरू असतां, इंग्रजांजवळ तारायंत्राचें साधन असतांहि हिंदु लोकांच्या बातम्या तारायंत्राच्या साह्यावांचूनहि त्यांच्या त्यांच्यांत फारच त्वरेनें पोंचत होत्या.' त्या बातम्या कशा जातात, याबद्दल तेव्हां पुष्कळांना आश्चर्य वाटत होतें; परंतु पुढें तो सर्व मानसशास्त्राचाच प्रभाव होता, असें सिद्ध झालें. वैद्यक शिकणाराला जशी क्रिया, योगाभ्यासाला जसा प्राणायाम, तद्वतच मानसशास्त्रालाहि हिप्नॉटिझमची विशेष जरूर आहे.

शंभर वर्षांपूर्वी जे अनेक पाश्चात्य पंडित व शास्त्रवेत्ते होऊन गेले ते विजेपेक्षां सुक्ष्म असें कोणचेंच तत्त्व नाहीं असें मानीत असत. पुढें चाळीस वर्षांनीं त्यांचें त्यानांच असें वाटूं लागलें कीं, विद्युतापेक्षां कांहीं तरी गुप्त तेज जगांत असलेंच पाहिजे. गेल्या वीस वर्षांपूर्वीं

तर त्यांनीं असें सिद्ध करून दाखविलें आहे कीं, आकाशांतील द्यौ (ईथर) हें तत्व विद्युताहूनहि विरळ असें आहे व जो हें तत्व मानणार नाहीं तो शास्त्रज्ञच नव्हे. जगांत चैतन्यशक्तीचें सामर्थ्य फार अजब आहे. चैतन्यशक्तीचा जर एक परिमाणु घेतला तर तो १७,-००० म्हणजे, दोन लक्ष बेचाळीस हजार दोनशें पन्नास मण वजन सहज उचलूं शकेल, असें शास्त्रज्ञांनीं सिद्ध केलें आहे. मनाचीं कार्यें दूरवर पोंचण्यास, मनाचा संदेश दूरवर धाडण्यास किंवा दूरवर विचार-प्रेरणा करण्यास मानसिक शक्तीपेक्षां दुसरी कोणचीच शक्ति या जगांत अस्तित्वांत नाहीं. पृथ्वीचा व्यास आठ हजार मैलांचा आहे. एवढें अंतर जाणण्यास चैतन्याला फक्त एका सेकंदाचा एक षोडशांश वेळ पुरतो. म्हणजे हा वेळ व्यावहारिकरीत्या कांहींच नाहीं. असें कोणीहि कबूल करील. यावरून मन किंवा चैतन्य हें किती वेग-वान् आहे याची साक्ष पटते. त्याचा वेग फारच झपाट्याचा म्हणजे इतका आहे कीं, तें वाटेल तेथें वाटेल तेव्हां वाटेल त्या गतीनें जातें व वाटेल तें काम सहज करूं शकतें. मन हें त्रिभुवनांतल्या वाटेल त्या स्थळीं जाऊन पोंचूं शकतें.

अशा प्रकारचें मानसिक शक्तीचें सामर्थ्य प्रत्येक मनुष्याला दिलेलें असून, अज्ञानांधःकारांत पडून मनुष्य नेहमी दुःख, दारिद्य, संकटें, क्लेश भोगीत असतो, हें आश्चर्य नव्हे काय ! जवळ कल्पतरु

असतां उपाशी राहणें बरें नव्हे. मानसशास्त्राच्या अभ्यासानें आपणास अनुकूल अशी मनःस्थिति सहज प्राप्त करून घेतां येते. इतकेंच नव्हे तर तें नेहमीं कोणत्या स्थितींत ठेवावें याचेंहि अभ्यासानें पूर्ण ज्ञान प्राप्त करून घेता येतें. एका विशिष्ट स्थितींत मन असलें ह्मणजे मनुष्य सदैव सर्वसुखी असूं शकतो, पण प्रथम मन सिद्ध केलें पाहिजे व तें कसें करावें याबद्दलचे सविस्तर प्रयोग पुढें देण्यांत येणारच आहेत.

मानसशास्त्राच्या अभ्यासानें असें भिन्न भिन्नप्रकार प्रत्ययाला आले आहेत कीं, मनामध्यें जे कांहीं उद्भवणारे विचार आहेत, त्यांपैकीं कांहीं मारक आहेत, कांहीं सौख्यप्रद आहेत, कांहीं आयुष्यवर्धक आहेत आणि कांहीं दुःखदायक आहेत.

चिंता, भीति, संशय, क्रोध आणि काम हे मनोविकार अथवा विचार मनाचे मारक होत आणि श्रद्धा, सत्य, आनंद आणि उल्हास हे आयुर्दाय वाढविणारे व सौख्यप्रद होत.

चिंतेनें किंवा भीतीनें एका रात्रींतून काळ्याचे पांढरें केंस झाल्याचें जसें पहाण्यांत येतें, तद्वत्च मृत्युवशताहि प्रत्ययाला येते. ‘ असंशयं महाबाहो ’ असें भगवंतांनींच सांगितलें आहे. संशयानें नाश होतो. क्रोधानें आयुष्याची हानि होते. क्रोधी माणसाचें रक्त विषारी बनतें व आनंदी प्राण्याचें रक्त स्वच्छलच राहातें. मानसशास्त्राचा

अभ्यास करणाऱ्यानें क्रोधाला पूर्णपणें जिंकलें पाहिजे. स्त्रीला क्रोध आला असतां, मुलाला तिच्या अंगावर पिऊं देत नाहींत, यांतलें मर्म तरी हेंच आहे. क्रोधापासून अनेक तऱ्हांची रोगोत्पत्तीहि होते, असें अनुभवानें सिद्ध झालेलें आहे.

श्रद्धा ही एक मनाची फारच मोठी शक्ति आहे. मानसशास्त्रांत तिला आद्य स्थान देण्यांत आलेलें आहे. योगांत आणि मंत्रशास्त्रांत श्रद्धादेवीला प्रथम नमन करण्यांत येतें. वैश्वदेवांत शेवटीं अग्नीची प्रार्थना सांगितलेली आहे, त्यांतही 'श्रद्धां मेधां यशः प्रज्ञां विद्यां बुद्धिं श्रिणं बलं आयुष्यम् मारोग्यं देहि मे हव्यवाहन' असें जें आपण सवितारूप अग्निदेवाजवळ मागणें मागतों, त्यांतहि प्रारंभीं श्रद्धा हीच अग्रस्थानीं मागतों. श्रद्धा म्हणजे मनाची पक्की धारणा अथवा ठाम निष्ठा ज्या गोष्टींत नसेल, ती गोष्ट कधींच यशस्वी होणार नाहीं. ताकापुरतें रामायण करण्यासाठीं देवाला नवस केला असतां, देवहि त्याचें फळ तसेंच देतो. खऱ्या श्रद्धेनें जें कार्य अनेक अडचणी आल्या असतांहि पार पाडण्याचा निश्चय ढळत नाहीं, तेंच सिद्धिप्रद होतें. संशयवृत्तीनें आरंभिलेलें कार्य खात्रीनेंच अयशस्वी होतें. त्यांत पुन्हां गर्व आणि अहंकार या दोहोंची मैत्री अक्षयचीच सोडली पाहिजे. प्रतिज्ञापूर्वक अमुक एक गोष्ट करीन, असें जर कोणी म्हणेल तर त्यांत अहंकाराचें वारें खेळत असल्यामुळें त्याची प्रतिज्ञा शेवटास जात नाहीं. सत्यव्रत,

शुद्धाचरण, ब्रह्मचर्य आणि भगवंताबद्दल अतुल निष्ठा या गोष्टी भीष्माचार्यांच्या अंगीं असल्यामुळें त्यांनाच फक्त भगवंताशीं 'मी तुला शस्त्र धरायला लावीन' अशी प्रतिज्ञा करतां आली. अंधविश्वास म्हणजे श्रद्धा नव्हे. अंधविश्वास ही श्रद्धामंदिराची एक केवळ परंपरागत विश्वासाची पायरी आहे. श्रद्धा ही मनाची एक विशिष्ट स्थिति असते. देहमंदिरांतली विशेष शुद्धतेची ती एक मूर्ति आहे आणि म्हणूनच तिचें एवढें आपल्या भाविक देशांत माहात्म्य आहे. आर्यांचा धर्म वैदिक असून ते अग्निपूजक आहेत. त्यांच्या नित्यकर्मांत जो रोज वैश्वदेव केला जातो, त्यांत एवढ्यासाठींच प्रथम 'मला श्रद्धा दे' अशी मागणी ते अग्निदेवापाशीं करतात. श्रद्धा व संशय हे दोन्ही शब्द लक्ष्मी आणि अकाबाई या शब्दांइतकेच परस्परविरोधी शब्द आहेत. त्या दोन्ही वृत्ती एकमेकींच्या अगदीं उलट अशा आहेत. श्रद्धा ही मनाची विधात्मक स्थिति असून, संशय ही निषेधात्मक वृत्ति आहे. श्रद्धेनें आयुर्वर्धन होतें व संशयानें आयुर्नाश होतो, यापेक्षां अधिक काय सांगावें ?

आत्मश्रद्धाबल (Will-power) म्हणजेच इच्छाशक्ति होय. ही शक्ति जर आपल्या हृत्कमलीं नसेल, तर आपण कःपदार्थ बनून राहातों. मानवी शक्ति अमर्यादित आहे. ती हवी तितकी वाढवितां येते. त्या शक्तीबद्दल आमच्याकडे तर मोठमोठाले ग्रंथच सविस्तरपणें

लिहिलेले आहेत. त्या शक्तीबद्दल एक पाश्चात्य तत्त्ववेत्ता म्हणतो कीं, Humanpower is limited because of the feebleness of will and the poverty of imaginaqitn. म्हणजे 'मानवाची इच्छाशक्ति मर्यादित असण्याचें कारण त्याच्या इच्छेचा कोतेपणा आणि कल्पनेचें दारिद्र्य हेंच होय!'

हिप्नॉटिझम* हा एक मानसशास्त्राच्या मंदिराचा सभामंडप आहे. त्या मंडपांत, त्या शास्त्राचा अभ्यास केल्यावांचून प्रवेश होणें शक्य नाहीं. त्यांत प्रवेश झाल्यावांचून तेथील सुंदर व पवित्र मूर्तीचें दर्शन कसें घडणार?

आतां या विषयप्रवेशाच्या प्रकरणासंबंधानें शेवटीं इतकेंच सांगावयाचें कीं, हें शास्त्र मूळचें आमचेंच आहे. यापैकीं जो कांहीं थोडासा भाग पाश्चिमात्यांच्या हातीं लागला आहे त्यावर त्यांनीं आजपर्यंत कमींत कमीं दोन तीन हजार ग्रंथ लिहिले असून. आम्ही मात्र घोरत पडलों आहोंत. आम्हीं यापुढें ती निद्रा सोडून अभ्यासानें, परिश्रमानें, शोधानें आणि जिगीषेनें आपलें मूळचें लोपलेले शास्त्र उजेडांत आणण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. आमच्या योगशास्त्रासंबंधानें एका

---

* आमच्या सचित्र 'मेस्मेरिझम इन्स्ट्रक्टर' च्या तिसऱ्या आवृत्तिमधील नवव्या प्रकरणापासूनचा मजकूर जरूर वाचावा. प्रकरणें एकंदर सोळा आहेत. सोळावें प्रकरण थॉट–रीडिंगचें आहे.

पाश्चिमात्य पंडिताने असे म्हटले आहे कीं, Yoga is a Supreme Science from which all other Sciences are derived. म्हणजे ' योगशास्त्र हेंच सर्व श्रेष्ठ शास्त्र असून त्यापासूनच इतर सर्व शास्त्रांची उत्पत्ति झालेली आहे. '

१

विचारशक्ति आणि तिचें तत्त्वज्ञान.

भविष्यत्काल आणि त्यांतील सर्व गुप्त गोष्टी या मानवी बुद्धीच्या आवाक्याबाहेरच्या मुळींच नाहींत. कारण, त्यांचें बीज तत्पूर्वकालींच जें पेरलें गेलें असतें असें सिद्ध झालें आहे, तें सर्व मानसिक बुद्धींत विचारशक्तीच्या जोरावर खेचून आणून सांठवितां येतें. हें कैक वर्षांपूर्वींच सिद्ध झालेलें आहे. जगांत अशी एकहि गोष्ट नाहीं कीं, जी मनुष्याला करतां येणारच नाहीं; विचारशक्ति जर भक्कम असेल, तर मनुष्य वाटेल तें करूं शकेल. त्याला कोणच्याहि बाबतींत कधींच हार खावी लागणार नाहीं; कारण, सर्व कांहीं त्याच्या हातांतच असतें; परंतु तो गुप्त ठेवा मानवाच्या मनोदौर्बल्यानें त्याला दिसत नाहीं.

मागें विषयप्रवेशांत सांगितलेंच आहे कीं, ईश्वराची जी एक अद्भुत शक्ति हें सर्व विश्व व्यापून राहिली आहे आणि जी मानवाच्या देहरूपी जगांत संचारते आहे तिलाच इच्छाशक्ति (Will–power) असें म्हणतात. तिचाच उपयोग आकर्षणानें विचाराकडून (The

force from the intellignce of the mind) कसा करून घ्यावा, तीच शरीरांत प्रत्येक तऱ्हेची गति कशी उत्पन्न करते, त्याच प्रमाणें जगद्रूपी शरीरांत ती कशी संचार करते व तिचा उपयोग आपण कसा करून घ्यावा हेंच आतां यापुढें विशद करून सांगावयाचें आहे.

२

चिंता मानवाला ठार करते.

वीरपुरुष समरांगणावर ज्याप्रमाणें आपलें हत्यार आपल्या इच्छेप्रमाणें वापरतो, त्याप्रमाणेंच, मनुष्याचा जीव—त्याचा देह आणि मेंदु यांच्या—उपयोगासाठीं स्वमतानुसार वापरतो आणि उपयोग करून घेतो. मनुष्याची मानसशक्ति त्याच्या स्वतांच्या देहावर आपला अंमल कसा चालवूं शकते, हें मागें सांगितलेंच आहे; परंतु तेथें मानवाच्या विचारशक्तीचा प्रभाव त्याच्या प्रारब्धावर कसा काय घडतो तें मात्र सांगितलेलें नाहीं. स्वविचारशक्तीची जशी दृढता-एकीकरण (Consentration) असेल तसाच त्याच्या दैवावर त्याचा कमी अधिक प्रभाव घडतो. मनुष्य आपल्या दृढ विचारांनींच सदा विजयी होतो. संदेहयुक्त विचारांनीं मनुष्य प्रत्येक ठिकाणीं ठेचा खातो. ' माझ्या हातून तें काय होणार ! कर्ता करविता परमेश्वर आहे ' असें म्हणून जो हताश होतो तो दुर्दैवी व सदा अपजयी असतो. मन दृढ असेल तर प्रत्येक कामांत फत्ते मिळालीच पाहिजे. मनुष्यानें काळजी किंवा

चिंता मनांत बाळगली असतां, तीच त्याच्यापुढें सैतानासारखी अहो-रात्र धिंगाणा घालीत उभी राहून, त्याला भंडावून सोडते, कांहींच सुचूं देत नाहीं. चिंतेनें मनुष्य कंगाल बनतो, वेडा होतो, रोगी बनतो, त्याच्या हातून पापें घडतात, त्याच्या सर्वस्वाचा नाश होतो, दुनिया त्याला क्षुद्रवत् मानूं लागते व तो सर्वहीन--असा मानहीन--होतो. चिंता हें सर्व असुखाचें मूळ आहे. कसाहि प्रसंग आला, तरी काळजी किंवा चिंता ही गोष्ट आपल्या विचारमंडळांतून पार हुसकावून लावावी. काळजीसारखा दुसरा कोणचाच जबरदस्त रोग नाहीं. चिंता ही मान-वाला हलकें हलकें ठार करते आणि चिता एकदम जाळून खाक करते. ह्या दोन शद्बांत फक्त अनुस्वाराचाच काय तो फरक आहे. मानस-शास्त्रांत चिंता किंवा काळजी हे शद्ब विषाप्रमाणें मानले गेले आहेत. ज्याला मानसशास्त्राचा अभ्यास करावयाचा असेल, त्यानें चिंतेचा अशुद्धाप्रमाणें त्याग केला पाहिजे व मन नेहमी निर्मळ, चिंताविरहित राखण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे.

३

आकर्षण-शक्तीचे नियम.

हें जगत् अनेक वस्तूंनीं ओतप्रोत भरलेलें असून, त्या वस्तु जरी अनेक बीजांपासून स्वतंत्रपणें निरानिराळ्या स्वरूपांत उत्पन्न झालेल्या दृष्टीस पडतात, तरी तीं त्या वस्तूंना उत्पन्न करणारीं सर्व बीजें,

ज्या मूळच्या एकाच बीजापासून उत्पन्न झालेलीं असतात, त्याच बीजापासून स्वतंत्रपणें आपल्या योग्यतेप्रमाणें तीं आपापल्यांत जरी आकर्षणशक्ति ओढून घेतात, तरी त्यांचें आकर्षण मूळच्या त्या एकरूप बीजाकडे जसेंच्या तसेंच जसें कायम असतें, तद्वत् मानवी इच्छाशक्तीचें (Will-power) आकर्षणहि स्वमताप्रमाणें सुखदुःखांकडे ओढ घेत असतें. धुळीचे रजःकण ज्याप्रमाणें पाण्याच्या योगानें एकत्र होतात व नंतर कर्दमरूप पावून सूर्याच्या उष्णतेंत बराच काळ सुकल्यावर अमिनीचें रूप पावतात व कांहीं काळानें त्यांचा भक्कम दगड बनतो, त्याचप्रमाणें मानवी विचार मनाच्या दृढतेनें एकत्रित करून टाकले म्हणजे ते वरील उदाहरणाप्रमाणें एकजीव असे भक्कम होऊन त्यांचा प्रभावहि चांगलाच व्यक्त होतो. मग तें विजेच्या यंत्राप्रमाणेंच एक यंत्र बनतें आणि मग तेथून विजेच्या तारेंतून–जसें हवे तिकडे संदेश धाडतां येतात किंवा दिवे लावतां येतात, त्याप्रमाणें, त्या मानासिक ठिकाणांतून हवा तिकडे संदेश धाडतां येतो.

❧ ❧ ❧ ४ ❧ ❧ ❧

विचार–शक्तीच्या आकर्षणाचा जोर.

कोणचाहि प्रवाही पदार्थ, हवा आणि वीज यांचे वेगापेक्षां वेगानें क्षुद्र होत. प्रो. एलिसा ग्रे यांनीं आपल्या स्वतांच्या (Miracles of nature) नामक ग्रंथांत असें लिहिलें आहे कीं, विचार-

शक्तीचा प्रभाव जाणणें फार कठीण आहे. धातूच्या पात्राच्या आवा-
जाचा प्रवाह ज्याप्रमाणें एका सेकंदांत हवेंत ४०,००० पासून
४००००००००००००००० मैलांपेक्षांहि जास्त धांवतो, त्याचप्रमाणें
७००००००००००००००० पेक्षांहि जास्त जोरानें मानवी शक्तीचा
प्रवाह धांवतो. धातूच्या पात्रांतून काढलेला आवाज बंद करतां येतो,
पण विचारशक्तीचा वेग थांबवतां येत नाहीं. अंधःकारांत विचार-
शक्तीचा वेग फारच जोराचा असतो व त्यांत आकर्षणहि फारच जोरानें
होतें. तें इतकें कीं, विचार-शक्तीच्या जोरावर प्रत्यक्ष मृत्यूलाहि थांब-
वितां येतें. अनेक वर्षे अंधेरातल्या गुहांतून ऋषिवर्य जिवंत राहतात,
ते कसे ? याचा उलगडा ही गोष्ट करते. विचार-शक्ति मृत्यूला आपला
तावेदार करून सोडते. यापेक्षां अधिक तें तिच्या बलाचें वर्णन काय
करावें ! जसा ज्या विचार-शक्तीचा जोर असेल त्याप्रमाणें कार्यें घड-
तात. जे विचार प्रथम मस्तिष्कांत दृढ झालेले असतात, त्याचप्रमाणें
पुढील गोष्टी घडून येतात. मैत्रीचे विचार असले तर मैत्री घडून येते;
त्याप्रमाणेंच इतर गोष्टींचें आहे. राग, धिःकार, दुष्टत्व, सूड, खून वगैरे
अनेक तऱ्हांचे वाईट दुर्गुणी विचारहि आकर्षित केले जातात आणि
त्याचप्रमाणें मानवी सुखदुःखेंहि मनुष्याच्या मानवी विचारांच्या आक-
र्षणांवर अवलंबून असतात व त्यांचा दुसऱ्यांनाहि त्याप्रमाणेंच लाभ-
हानींचा फायदा होतो. ‘ जसे विचार तसें फळ ’ ही म्हण सर्व-

प्रसिद्धच आहे. ती याच गोष्टीवरून खरी प्रकाशांत आल्याचें निदर्शनास येतें. विचारशक्ति जितकी दृढ आणि एकाग्रतेची (Consentrative) असेल तितकें फळ जास्त प्रत्ययाला येतें. दृढ एकाग्रतेच्या विचारशक्तीनें कधींहि दुष्ट कर्म करण्याची वासना करूं नये. कारण, दुष्ट वासना ही तामसी वृत्तीची असल्यामुळें, तपश्चर्येचा तावडतोब लय होतो. यास्तव, दृढ विचारशक्तीचा विनिमय सत्कृत्यांकडेच नेहमीं करीत जावा; कारण, सत्कृत्यें हीं सात्विक वृत्तीचीं लक्षणें असतात. बंदुकींतील एक गोळी आणि अनेक छर्रे यांचें येथें उदाहरण चांगलें लागूं पडतें. एका गोळीनें एकच तामसी कृत्य एकाच आवाजांत करण्यापेक्षां एकाच आवाजांत अनेक छर्यांच्याकडून अनेक सात्विक गोष्टी करून घेणें उत्तम होय.

❧ ❧ ❧ ५ ❧ ❧ ❧

दृढ विचार कसा करावा ?

मनुष्य ज्या श्वासनलिकेच्या द्वारें फुप्फुसांच्या मदतीनें श्वासोच्छ्वास करतो, त्याचा परिणाम घ्राणरंध्रानें मनावरहि होतो. प्रत्येक श्वासाबरोबर मनांत निरनिराळे तीन नवे विचार उत्पन्न होत असतात. याप्रमाणें दर मिनिटास ४८ पासून ५४ पर्यंत नवे विचार मानवाच्या विचार-मंडळांतून बाहेर पडतात. यावरून हें सिद्ध होतें कीं, मानवाचें मन-हवें तें काम करण्यास युक्त असून, सभोंवारच्या हजारों

विषयांनाहि एकसमयावच्छेदेंकरून आपणांत संग्राहित करण्याच्या अथवा बाहेर टाकण्याच्या लायकीचें तें असतें. या गोष्टींत मानवाच्या फुप्फुसांचा विशेष संबंध आहे. यास्तव फुप्फुसांना आपल्या कबजांत ठेवणें मानवाला अत्यावश्यक आहे. फुप्फुसें आपल्या ताब्यांत ठेवावयाचीं म्हणजे त्यांची चालणारी श्वासोच्छ्वासक्रिया आपल्या ताब्यांत ठेवावयाची- हें तें काम होय! श्वासोच्छ्वासांस आंवरून धरल्याशिवाय, ती फुप्फुसांची क्रिया आपल्या ताब्यांत येणें शक्य नाहीं. यास्तव, प्राणायामाची येथें आवश्यकता प्राप्त होते. मानसशास्त्राभ्ययनांत प्राणायामाची क्रिया विशेष जरूरीची आहे. प्राणायामानें एकच विचार दृढ करतां येतो व प्राणायाम सुरू केल्यावर, तो सुरू करण्याच्यापूर्वी जो एक विचार मनांत धरावा, त्याशिवाय दुसऱ्या विचाराला मनांत शिरावयाला तेथें वावच राहात नाहीं, असा प्राणायामाचा प्रभाव आहे. त्या विचाराला ' शान्ति ' असें म्हणतात. तो विचार प्राणायामाच्या योगानें शांततेंत दृढ होत जातो व त्याची इच्छेप्रमाणें फलप्राप्ति होते.

६

प्राणायाम.

कमलासनावर ताठ बसून डावा हात हृदयावर ठेवावा आणि नासाग्रदृष्टि लावून उजव्या हाताच्या अंगठ्यानें उजवी नाकपुडी दाबून

धरावी व डाव्या नाकपुडीनें मनांत गायत्रीमंत्र म्हणत, सबंध गायत्री म्हणेपर्यंत सावकाशपणें वर श्वास ओढावा. गायत्री म्हणणें संपल्यावर करंगळी व त्याच्या शेजारचें बोट यांनीं डावी नाकपुडी दाबून धरावी. उजवीवरून आंगठा हालवूं नये. यास ' पूरक ' म्हणतात. नंतर एका गायत्रीचा जप होईपर्यंत तशाच स्थितींत बसावें. याला ' कुंभक ' म्हणतात. नंतर उजव्या नाकपुडीवरचा अंगठा हलकेंच काढून धीमेपणानें गायत्री मनांतच म्हणत श्वास सोडावा. याला ' रेचक ' म्हणतात. कुंभकांत जितका वेळ श्वास कोंडून धरवेल तितकी विचार-शक्तीची दृढता होत जाते, मन निष्कलंक होत जातें आणि आत्म-सामर्थ्य वाढून, आयुर्दायहि वाढतें. या प्राणायामाच्या समयीं, प्रारंभीं जो विचार बरा अथवा वाईट आपण हृदयस्थ केला असेल, तसें त्याचें फळ मिळतें. हा प्राणायामाचा ओनामा आहे.* या क्रियेंत कोणचेंहि दुष्टान्न वर्ज्य आहे दुष्टान्न या शद्बांत मोठा अर्थ आहे. दुष्टान्न म्हणजे जें सात्त्विक अन्न नव्हे तें; शिळें अन्न, मद्य-मांस, गांजा, अफू, चरस, तमाखू वगैरे पदार्थ दुष्टान्नांत येतात. मानस-शास्त्राचा अभ्यास करूं इच्छिणाऱ्यानें दूध, फळें, धान्य, भाजीपाला वगैरे जे सात्त्विक पदार्थ, त्यांवर उपजीविका केली पाहिजे. कार्यसिद्धीला हेच पदार्थ योग्य आहेत.

---

* ह्या संबंधानें सविस्तर माहिती आमच्या ' सचित्र प्राणायम शिक्षक ' ह्या पुस्तकांत आपणांस मिळेल.

तामसी वृत्तीचा आणि चिंतेचा त्याग केल्याविना मानसशास्त्रांत प्रगति होणें केव्हांहि शक्य नाहीं.

७

विचार-शक्तीचें बल.

जो कोणी मानवी स्वभावांतली मधुरता, खरेपणा व इतर अनेक सद्‌गुण यासंबंधानें मानसशास्त्राचा अभ्यास करीत राहील, त्याला तसेंच उत्तम दर्जाचें मंडल प्राप्त होतें व जो दुर्गुणी विचारांचें दृढीकरण करीत राहतो, त्याला दुर्गुणी परिस्थिति प्राप्त होते. तो पापांत पडून दुःखांत गटंगळ्या खाऊं लागतो. जो उत्तम विचारांचा अभ्यास करतो तो सुखी होतो. तारायंत्रद्वारें ज्याप्रमाणें आपल्याला हव्या त्या दूरच्या वस्तूंच्या मागणीचा संदेश धाडतां येतो, त्याचप्रमाणें आपण आपल्या विचारशक्तीच्या जोरावर आपणांस जरूर असलेल्या दूरच्या वस्तु आपणांकडे धाडून देण्यास आपण दूरच्या मानवांच्या मनांत प्रेरणा उत्पन्न करूं शकतों. यालाच 'विचार-शक्तीचें आकर्षण' असें म्हणतात. ही एक लोहचुंबकाप्रमाणें अद्‌भुत शक्ति आहे.

८

विश्वाकर्षण.

आशा ही एक अत्यंत प्रबल मनोवृत्ति आहे. अंतकाळीं जर ती कायम राहिली तर फारच घोटाळा होतो. मनुष्यप्राणी या संसारांत

आपल्या ऐपतीप्रमाणेंच जगांतल्या वस्तूंचा उपभोग घेत असतो. ऐपतीबाहेरच्या वस्तूंवर लोभ धरून असल्या मार्गानें त्यांची प्राप्ति करून घेणें, हें खोटें काम आहे. विश्वांतल्या ज्या वस्तू आपणास मिळत नाहींत, पण आपलें मन मात्र आकर्षितात, त्यांचा लोभ धरून चिंता वाहात राहणें म्हणजे आपण होऊन आपणावर दुःख ओढवून आणणें होय आणि लोभ आवरून चिंतात्यक्त होणें म्हणजेच सुखी होणें होय! आपण होऊन दुःख कोण पतकरणार? जो तो सुखप्राप्तिच इच्छिणार! मनुष्याला कोणीहि दुःखी करीत नाहीं. तो स्वतांच्याच अघूर्तेच्या दुर्बल विचारांनीं स्वतांवर दुःख ओढून आणतो आणि स्वतांच्या दुःस्थितीबद्दल दुसऱ्यांवर व्यर्थ दोषारोप करतो. तुकाराम-बोवा कांहीं पंडितांप्रमाणें शिकलेले नव्हते; पण त्यांचे विचार पवित्र होते. ते निराश होते. त्यांना फक्त ईशपदाची आशा होती. जगांतल्या कोणत्याहि ऐहिक वस्तूनें त्यांचें मन आकर्षित झालेलें नव्हतें. त्या-मुळें निराश असे ते वैकुंठाला गेले व त्यांची कीर्ति अजरामर झाली. आतां शिकंदर बादशहाची गोष्ट पाहा. त्याची मरतांना जग जिंक-ण्याची आशा राहिली होती, त्यामुळें तो ' मी आशायुक्त प्राण सोडतों आहें. ' असें मरतांना म्हणाला. त्यानें आशा बाळगली म्हणू-नच तो प्रत्येक ठिकाणीं विजयी होत होता. हें सांगण्याचें कारण इत-केंच कीं, त्याची आशा दृढ संकल्पाची व दृढ विचाराची होती. आशा म्हणजे हेतु, हेतु म्हणजे विचार आणि विचार म्हणजेच मनोबुद्धि.

९

धार्ष्ट्य-विचार आणि त्यांची शक्ति.

'मी अमुक गोष्ट करीनच करीन' अशी जी हिंमत मनांत असते, तिच्यापासून आशा जन्माला येते व त्या आशेतूनच धारिष्टाचें जनन होतें. धारिष्टाचा एकदां प्रकाश पडूं लागला कीं, त्याचें बल वाढत जातें व मनांत आणलेली गोष्ट पार पाडण्याच्या सक्तानें मनुष्याचें मानसिक बलहि वाढतें. अशा त्या मानसिक बलाच्या जोरावर इष्टवस्तुप्राप्त्यर्थ तो मानव वाटेंतल्या अनेक अडचणींना धारिष्टानें बाजूला सारून, अखेर विजयी झाला म्हणजे मग त्याला 'दैववान्' अशी जगाकडून पदवी मिळते. ती पदवी त्याला खरें पाहिलें असतां, त्याच्या मानसिक आत्मीय बलावरच मिळालेली असते. याचप्रमाणें 'मी लाचार आहें! माझ्या हांतून काय होणार? मी काय करूं? कसें करूं? होईल कीं नाहीं?' अशा प्रकारचे दुबळाईचे उद्गार काढून, जो मनाच्या दुर्बलतेनें हताश होऊन बसतो, तो त्याचें मन त्याच्या हातांत असतां त्याचा दुरुपयोग करून, अंतकाळपर्यंत हालअपेष्टांत कुचंबत पडून, जगाकडून 'दुर्दैवी' असा आपल्याच कर्मानें आपल्या मस्तकावर शिक्का मारून घेतो. या गोष्टीला नशीब काय करणार! आपल्या दुर्बल मनानें आणि अदृढनिश्चयी बुद्धीनें जो नशिबाला फसवितो तो दुर्दैवीच खरा.

❧ ❧ ❧ १० ❧ ❧ ❧

सुख-शत्रूला दूर करा.

सुखाचे मुख्य शत्रु दोन आहेत. पहिला भिकारडे विचार आणि दुसरा चिंता, हे ते दोन शत्रु होत. जगाकडे लक्ष्य द्या, आपली विचारशक्ति जागृत करा आणि धाडसानें आळसाला लाथ मारून हांकून लावा कीं, तुमचें सुख तुमच्यापुढें हात जोडून उभें आहे, असें खात्रीनें समजा. चिंतेनें दुःखांत डुंबत न राहतां आलस्य त्याग करा म्हणजे तुमचें दुर्गुणरूपी पिशाच्च तुम्हांला सोडून जाईल आणि तुमची दृढबुद्धि तुम्हांला तत्काळ सुखी करील.

❧ ❧ ❧ ११ ❧ ❧ ❧

काळजी मनुष्याचा सत्यनाश कसा करते ?

मनुष्याला काळजी अनेक कारणांनीं लागते. खोटें कर्म हें काळजीचें मूळ होय! असें जरी आहे, तरी तसा सिद्धांत करतां येत नाहीं. एखाद्याला मूल न होण्यानें चिंतारोग जडला तर त्याला खोटें कर्म म्हणतां येणार नाहीं. अशा अनेक चिंताजनक गोष्टी असतात; पण मानसशास्त्राचें असें स्पष्ट सांगणें आहे कीं, कोणत्याहि गोष्टीची कधींच चिंता करूं नये. दुष्कर्माची चिंता लागणें अनिवार्य आहे. समजून उमजून, संगतीनें आणि लोभवशतेनें मनुष्याच्या हांतून खोटें कर्म होतें. तेव्हां तसें न होऊं देण्याची दृढबुद्धि अभ्यासानें तयार

केली म्हणजे, असत्कृत्यांच्या ऐवजीं सत्कृत्येंच नेहमी हातून घडत राहून, चिंताव्याधीपासून आपण मुक्त होऊं आणि सर्वस्वाच्या होणाऱ्या स्वाहाकारापासून बचावून आनंद-साम्राज्यांत दंग होऊं असा दृढ विश्वास धरा.

१२

सुखप्राप्तीची गुरुकिल्ली.

सत्यता आणि पावित्र्य हे दोन गुण ज्याच्या अंगीं असतात, त्यांना कशाचीच काळजी नसते. ते आमरण आपलें आयुष्य आनंदांत घालवितात. हिंमत, सुख, शान्ति, मनाचें पावित्र्य, स्वच्छता, भाग्योदय, पैका, इज्जत आणि संसारव्यवहार वगैरे सर्व गोष्टी सुविचारानेंच सुखावह होतात. घातपातादि विचारांनीं क्षोभप्राप्ति होऊन त्याचा शेवट दुःखांत होतो. सुख हें मानवाच्या अगदीं दृष्टीपुढें असतें, पण त्याची किंमत दिल्याशिवाय तें त्याच्या हस्तगत होत नाहीं. एखादी वस्तु विकत घ्यायला जशी पैशाची जरूर लागते, तद्वतच चिंतेचा त्याग करणें, हीच सुखप्राप्ति करून घेण्याचा मोबदला आहे. लोभांत चिंता गुरफटलेली असते, म्हणून निर्लोभी बनलें पाहिजे. लालसा, मोह, दगा, दुसऱ्याच्या दुःखावर डागण्या देणें, गरिबाची गरिबी काढणें, दुसऱ्याचा तळतळाट घेणें, हें सर्व क्षणाच्या सौख्यासाठीं अक्षयींच्या सौख्यावर पाणी पाडणारें आहे. पैक्याच्या जोरावर कांहीं

काळ जरी ' हम करें सो कायदा ' म्हणून वाटेल तसा डल्ला मारतां येतात, तरी अंतीं दुःख प्राप्त होतेंच होतें. भली माणसें स्वतांच्या सुविचारांनीं, शांतीच्या वर्तनांनीं आणि असेल त्या स्थितीच्या संतुष्टतेनें स्वतांबरोबर दुसऱ्यालाहि सुखप्राप्ति करून देतात. प्रत्येक मनुष्यांत थोड्या फार प्रमाणानें चांगले गुण असतात; नसतात असें नाहीं; पण वाईट गुण तेवढे मात्र जोरानें पुढें येऊन थोड्याशा चांगल्या गुणांची राखरांगोळी करून टाकतात. याच गोष्टीला फार जपलें पाहिजे. सद्गुणांचीं फळें फार उशिरां मिळतात व दुर्गुणांचीं फार जलद मिळतात. स्वर्ग आणि नरक यांच्याइतकें त्यांत अंतर असतें. सद्गुणाचें फळ अमृततुल्य असतें, म्हणून तें प्राप्त करून घेण्यासाठींच जें शुद्धाचरण राखावें लागतें, तीच सुखाच्या भांडाराची मुख्य गुरुकिल्ली होय.

१२

इच्छित वस्तु-प्राप्ति.

मानवी इच्छा ही अतर्क्य शक्तीची एक पराकाष्ठा आहे. समजा कीं, एखादा विचार तुमच्या मनांत फारच जोरानें उसळला आहे, पण त्याला तुम्ही दाबूं शकत नाहीं; पण असें म्हणणें हें निवळ खोटें आहे. ज्या मनांत हा जोराचा विवाद उसळला त्याला तेंच मन दाबू-नही टाकूं शकेल; कारण मानवी बुद्धींत विचारांचें जें अद्भुत यंत्र आहे,

याच्याकडून माणूस वाटेल ती गोष्ट घडवून आणूं शकतो. विचारांच्या अथवा कल्पनांच्या परिश्रमानें जी शक्ति उत्पन्न होते, तिच्याकडून चापल्याचीं, खात्रीचीं, दगदगीचीं, उच्च, नीच, जोराचीं हवीं तीं कामें मनुष्य करून घेतो; किंवा तीच शक्ति तो निरुपयोगीहि करून टाकतो. विचार दृढ करून त्याला सरळ मार्गाचें वळण दिल्यानें इच्छित हेतु तडीस जातात. " Assertions repeatedly made, come after a while to be believed " अनेकवार एकाच गोष्टीसंबंधानें बोलले असतां, तीच गोष्ट अंतःकरणांत तिसें रूप धरते. प्रसिद्ध सँडो पैलवान हा प्रथम अगदीं दुबळा होता; पण त्यानें सदृढ होण्याची एकच प्रबल इच्छा मनांत धरून त्या इच्छेला वारंवार सरळ मार्गानें नेल्यामुळेंच तो जगप्रसिद्ध मल्ल बनला. त्याच्या अंगीं अद्भुत सामर्थ्य येण्यास त्याची दृढेच्छाच कारणीभूत झाली व त्याची इच्छित वस्तु त्याला अखेरीस प्राप्त झाली. मागा म्हणजे मिळेल. मागण्याच्या तऱ्हा जरी निरनिराळ्या असतात, तरी त्याचें काम सर्वस्वीं मानसिक दृढ विचारांवरच अवलंबून असतें. शांति, आस्था, धैर्य, हिंमत, सत्यता, पवित्रता, स्वच्छता व एकसूत्रीपणा इतक्या गोष्टी जर असतील, तरच इच्छित वस्तूंची प्राप्ति होते. मन दृढ करण्यास श्वासक्रिया मूलाधार आहे. यास्तव, मन दृढ करण्यास प्राणायामाची सुरुवात करावी. तुमची इच्छा आणि भावना पवित्र झाल्याबरोबर तुम्ही

मागाल ती वस्तु तुमच्यापुढें लोटांगणें घालीत आल्यावांचून केव्हांहि रहाणार नाहीं.

❧ ❧ ❧ १४ ❧ ❧ ❧

मागा कीं मिळालीच.

अदृश्य अशा सामाजिक किंवा समाजाव्यतिरिक्त वस्तूंवर आपल्या मनःसामर्थ्याचा प्रभाव पाडण्याची आपणांस शक्ति असते, आणि त्याच शक्तीच्या जोरावर आपणांस इच्छित वस्तु प्राप्त करून घेतां येते. म्हणूनच हवी ती चीज मागा कीं मिळालीच. उदाहरणार्थ, असें पहा कीं, तुम्ही रात्रीं निजतांना एकच, पहांटेस अमुक वाजतां उठून अमुक एक काम करावयाचें आहे असा दृढ विचार करीत इतर कोणाच्याहि विचाराला थारा न देतां स्वस्थ झोंपी जा आणि मग काय मौज होते ती पाहा. तुमची दृढ बुद्धि जागत राहून तुम्हां-ला नेमक्या इच्छित वेळेला जागी करते की नाही तें पाहा ! तुम्हांला जागें करण्यास ती हटकून हजर होईल. ज्याप्रमाणें मनुष्याजवळ त्याचें इच्छित पूर्ण करण्यास गडी, चाकर हजर असतात, त्याचप्रमाणें इच्छा ही त्याच्यापाशीं अगदीं खोल अंतःकरणांत सदोदित जागृतावस्थेंत हजर असते. मात्र ती दृढ झालेली असली पाहिजे. पैसा, कीर्ति, संतती, जे कांही हवें तें मागा किं मिळालेंच पाहिजे. पण केव्हां ? दृढ श्रद्धायुक्त इच्छा बनेल तेव्हां ! इच्छेच्या प्रमाणानेंच तिची सिद्धि

प्राप्त होते. ज्या दृढ बुद्धिप्रभावाच्या दृढेच्छेनें जी एक वस्तु प्राप्त होते, तिनेंच वाटेल ती वस्तु प्राप्त होते. कारण " Things which are equalto the same thing are equal to one another" असा सिद्धांतच आहे.

१५

विचारांचा साधेपणा.

(Simplicity has it's own virtue) मनुष्य ज्या प्रकारचा विचार करील, त्याच भावना त्याच्या मनांत उद्भुत होतात. दुःखाचा विचार केला कीं दुःख, विपत्तीचा विचार केला कीं विपत्ति, सौख्याचा विचार केला कीं सौख्य आणि दुष्टाव्याचा विचार केला कीं दुष्टावा ! मी आनंदी आणि सुखी असा असून, त्या स्थितीच्या उत्तमावस्थेंत आहें. असा संतुष्टतेचा धीरोदात्त मनानें विचार करणें म्हणजेच विचाराचा साधेपणा होय ! मूळ आत्मविश्वास पाहिजे. जेथें आत्मविश्वास नाहीं, तेथें विचाराच्या साधेपणाचा गंधहि असणें संभवणार नाहीं. प्रथम आत्मविश्वासाला वश करून घेऊन नंतर विचाराच्या अद्भुत शक्तीला ताजव्यांत तोलावी आणि मग साधारण व्यवहारांतहि यशःप्राप्ति कशी होत जाऊन, पुढें पुढें त्याच आत्मविश्वासाच्या जोरावर थोर कार्यांतहि कसें यश मिळत जातें, तें पाहावें. प्रत्येक प्राणिमात्राच्या देहांत जरी ईश्वरी किरणें आहेत, तरी मानवाच्या देहांत तीं अधिक

प्रमाणांत आहेत. आपल्याला तीं दिसत नाहींत. तीं जर दिसायला हवीं असतील तर—द्वेष, मत्सर, लोभ, अशान्ति, अपवित्रपणा, असत्य वगैरे जीं दुर्गुणपिशाच्चें, त्यांची संगती सोडून प्राणायामाचा अभ्यास केल्यानें तीं स्पष्ट दृग्गोचर होतील. आत्मा हा एक प्रकारचा अदृश्य श्वासरूपी असून, त्याचें पोषण प्राणायामानें केल्याशिवाय त्याचा प्रकाश आपल्याला दिसणें शक्य नाहीं.

१६

कार्यसाधक विचारशक्ति.

विचारशक्तीच्या सामर्थ्यासंबंधानें अनेक तऱ्हेचे अनेकांनीं अनेक विचार अनेक भाषांतून आजपर्यंत प्रगट केलेले आहेत. पण त्यासंबंधानें आम्हाला येथें कोणत्याच प्रकारची टीका करायची नाहीं. कारण, ज्याला असा अनुभव आला किंवा ज्याला जशी कल्पना झाली, तसें त्यानें नमूद करून ठेविलें आहे हें ठीकच आहे. मानवी विचार कधीं बेफाम, तर कधीं उच्छृंखल, कधीं विचारवंत तर कधीं अविचारी, कधीं शांत तर कधीं उद्दाम, कधीं दुःखी तर कधीं सुखी, कधीं हिंसक तर कधीं पालक, कधीं पोषक तर कधीं हारक, कधीं तोषक तर कधीं रोषक, असे नानाविध असतात व त्यांची गतीहि मोठी वेगवान् असते. तिला त्या वेगांत स्वेच्छेनें कार्यसाधक विचार-

शक्ति असें म्हणतात. ही शक्ति आसपास असणाऱ्यांवरहि स्पर्शजन्य रोगाप्रमाणें आपला प्रभाव पाडून, त्यांचीहि स्वतःप्रमाणेंच तद्रूप स्थिति करून टाकते. एखाद्या कामांत विजय प्राप्त करून घेण्याची दृढेच्छा धरणारा माणूस, सभोंवतालच्या प्राणांकडून साहजिकच उत्तेजित होतो व त्यांत त्याला यशःप्राप्ति होते. स्वेच्छेनेंच तो आपल्याकडे हवी ती जिन्नस आकर्षून घेतो. शोधक, विद्यार्थी, लेखक आणि शास्त्रज्ञ यांना जर मानासिक शक्तीवर दाब ठेवण्याची कला उपलब्ध होईल, तर तिच्यापासून त्यांना फार फायदा होईल ज्याला ही कला अवगत होईल, त्याला ह्या शक्तीच्या अद्भुत सामर्थ्याचे परिणाम बघायला सांपडून, तो तिच्या सामर्थ्यानें नुसता विजयोन्मुखच न होतां, प्रत्यक्ष ब्रह्मानंदांत मग्न होऊन जाईल.

आपल्या अद्भुत विचारशक्तीच्या द्वारें (By our positive thought-force) सूचनेच्या रीतीप्रमाणें (Law of Suggestion) आपल्या युक्त्या, योजना, आपल्या समोरच्यास किंवा दूर अंतरावरच्यास भाषण न करतां समजावून आपल्या मनाशीं त्याच्या मनाचें ऐक्य करून, त्याला आपला मदतगार बनविणें आणि त्याच्या मदतीनें कार्यसिद्धि करून घेणें, ही विद्या ज्याला अवगत होते तो खराच भाग्यवान !

मानवी विचारशक्तीचीं (Will-power) विचार–किरणांच्या फेंकीनें (Thought viabration) दुसऱ्या मानवाच्या मनांत प्रेरणा करून, मग ते दोघे किती का अंतरावर असेनात, जीं कार्यें स्वेच्छेप्रमाणें करून घेतां येतात, तीं फारच अद्‌भुत सामर्थ्यानें घडतात. हा एक मोहिनी–विद्येचाच विशिष्ट भाग आहे. मात्र यांत आत्मविश्वास (Self confidence) आणि विशेषता आत्मसंयमन (Consentration) यांची फारच खंबीरता अवश्य असते.

आपण करीत असलेल्या प्रयोगांत आपल्याला सिद्धि येईल, किंवा नाहीं (Attractive power of thought) अशा तऱ्हेचा आत्मविश्वासघातक संशय यत्किंचितहि जरी मध्यें उद्भवला, तरी त्या कामांत पराजित व्हावें लागतें. नाहीं तर आत्मविश्वासाच्या बळावर (Like attructs Like) या न्यायानें आत्मबलानें आपण आकर्षिलेली वस्तु खात्रीनेंच मिळवूं शकतों व स्वेच्छा पूर्ण करून घेतों. ‘ प्रेमाकडेच प्रेम धांवते ’ हाच न्याय येथें लागूं आहे. हें सर्व प्रेमाकर्षणानें (Low of attraction) घडवून आणतां येतें.

तुह्मांला जर इच्छापूर्ण व्हायचें असेल, तर प्रथम फार सावधपणा (Deficiencies of qualities) राखून आपला विचार दृढ केला तरच जी हवी असेल ती वस्तु तुह्मांला प्राप्त करून घेतां येईल.

हिंमत नसेल तर हिंमत येईल; पैसा नसेल तर पैसा मिळेल; स्त्रीसुख नसेल तर स्त्रीसुख मिळेल; काय हवें तें तुमचें तुम्हांलाच प्राप्त करून घेतां येईल. मात्र विचार एकनिष्ठेचा आणि दृढतर असला पाहिजे. परमेश्वरनिर्मित असा जो मानवी प्राणी त्याच्या अंगीं आकर्षणशक्ति (The force of intelligence) असते, तिच्या जोरानें विचार-प्रवाहाची दिशा न बदलूं देण्याची खबरदारी घेतली असतां, जगांतील वाटेल ती वस्तु प्राप्त करून घेतां येणें शक्य आहे.

१७

विचारनिष्फलता.

दृढ विचार कधींच निष्फल होणें शक्य नाहीं. जे विचार निष्फल होतात. त्याचें कारण ते विचार करणारेच असतात. जो एक विचार दृढीकरणानें चालू ठेवायचा, त्याच्या मार्गांत शंका-कुशंकांचे कांटे उत्पन्न करणारा दुसरा तिसरा कोणीहि नसतो. ज्याचा तोच असतो. ज्याचा तोच विरोधी ठरतो; त्यामुळें विचारसाफल्याच्या ऐवजीं विचार-नैष्फल्याचें प्रायश्चित्त मात्र व्यर्थ पदरीं पडतें. अमुक एक वस्तु मला प्राप्त झालीच पाहिजे. मिळणार नाहीं म्हणजे काय ? अशा दृढ निश्चयानें जो आपली इच्छाशक्ति फेंकतो, तिच्या गतींत जो आडफांटे उभारीत नाहीं, त्याला ती प्राप्ति होतेच होते.

१८

मनाचें द्विधा स्वरूप.

मनुष्याचें मन दोन प्रकारचें (Dual mind) असतें. एक शंकाकुल व दुसरे निःशंक (Objective & Subjective mind) साधारळतः मनुष्यप्राणी सर्व दिवसभर कोणच्या ना कोणच्या तरी व्यापारांत गुंतलेला असतो. त्या वेळीं तो सभोवतालच्या हरएक वस्तुसंबंधानें विचार करीत असतो, पण तें त्याचे विचार भुंग्याप्रमाणें अस्थिर होतात. तो त्या प्रसंगीं शंकेखोर (Objective mind) मनाचा असतो; पण त्यांतल्या त्यांत त्याच्या मनांत ज्या वस्तूसंबंधानें विशेष विचाराचा ध्यास लागलेला असतो, तो त्या वस्तूची त्याच्या मनावर छाप बसल्यामुळें असतो. तीच छाप त्यानें दृढ ठसूं दिली कीं, त्याची कार्यसिद्धि होते. यालाच (Subjective mind) असें म्हणतात. हीच आत्मीय शक्ति होय.

१९

मानवी स्वभाव

मनुष्याचा स्वभाव (The man's own character) म्हणजेच मनुष्याचें गुप्त मन (Subjective mivnd) होय. हेंच कोणाला न दिसतां सर्व विश्वांत वावरत असतें. मनुष्याचें मौर्ख्य अथवा ज्ञातेपणा हेंच प्रकट करतें. हें स्वतां इच्छील तें करूं शकतें,

असें बलाढ्य आहे. हेंच सुख किंवा दुःखाला संसारार्णवांत कारणीभूत असतें. असें जें हें मन तोच मानवी स्वभाव. असें जें आपलें गुप्त मन (Subjective mind) त्याच्याकडूनच जर दृढ विचार (Positive) करण्याचें योजलें, तर तें तो करूं शकणार नाहीं काय ? पण त्याच्यांतला शंकाकुशंकांचा (Objective mind) खळमळ झाडून टाकण्याचाहि दृढनिश्चय त्याच्याकडूनच आपण करविला पाहिजे.

२०

विचारांच्या दोन दिशा.

वर निर्दिष्ट केल्याप्रमाणें, मानवी प्राणी जे विचार प्रकट करतो, ते दोन दिशांचे (Nagative & Positive) असतात. मनुष्याला दुहेरी विचारांच्या आकर्षणांत कशा तऱ्हेनें जखडबंद व्हावें लागतें तें आतां पाहूं. मनुष्याची जी संशयात्मक विचारप्रवृत्ति (Negative thought) आणि निःसंशयात्मक विचारप्रवृत्ति (Positive thought) अशा दोन प्रकारच्या भिन्न दिशांच्या विचारांच्या प्रवृत्त्या असतात, त्यांतील निःसंशयात्मक विचारप्रवृत्तीनें मनुष्य सुखी होतो व संशयात्मक विचारप्रवृत्तीनें दुःखी होतो. निःसंशय विचार-पद्धतीची हुकमत संशयी विचार-पद्धतीपेक्षां आपला प्रभाव फारच जोराचा

पाडते. त्या प्रवृत्तीला जें हवें तें प्राप्त होतें; परंतु संशयी विचार-प्रवृत्तीला चिंतारूप पिशाच्चानें दृढालिंगन दिलेलें असल्यामुळें, ती प्रवृत्ती नेहमीं दु:खी अंत:करणाची राहून, इच्छित वस्तूच्या अप्राप्तीमुळें हाल भोगीत असते. त्या वृत्तीनें मन पछाडलेलें असल्यामुळें, ते नेहमीं डळमळित (Wavering) असतें व त्यामुळें त्या विचारशक्तीचें आकर्षण हें नेभळेपणांत पर्यवसान पावून, ती अपयशी बनते.

२१

दृढ विचाराची अदृढ विचारावर मात.

दृढ विचार-शक्ति अथवा अदृढ विचारशक्ति या मनुष्य प्राण्यांत जन्मत:च असूं शकतील; परंतु ज्ञानानें त्यांत फेरफार करतां येणें शक्य आहे. शिवाजी, नेपोलियन, नेल्सन, बाजीराव, ग्लाडस्टन नाना फडणीस वगैरे जे थोर पुरुष होऊन गेले, त्यांतील कांहींनीं आपल्या हिमतीनें, धैर्यानें, चारित्र्यानें, शौर्यानें, शद्बानें, नेत्राकर्षणानें, दृढ विचारशक्तीनें सर्व जगाला थक्क करून सोडलेलें आहे. दृढविचाराच्या मस्तिष्काचा माणूस आपल्या बुद्धिचातुर्यानें, सभ्यतेच्या वर्तुणुकीनें, दृढविचार-शक्तीनें, भाषणचातुर्यानें वगैरे अनेक प्रकारच्या आकर्षण शक्तींनीं विजयप्राप्ति करून घेतो; परंतु संदेहि-अशाश्वत विचाराच्या-माणसाची स्थिति याच्या उलट होते. दृढाचें (Positive)

अदृढ (Negative) जसें संगतीच्या आकर्षणानें होऊं शकतें, तसेंच अदृढाचेंहि दृढाच्या संगतीच्या आकर्षणानें दृढ होऊं शकतें. हा सर्व संगतीचा प्रभाव आहे. ज्याला संसारांत राहून तो सुखकर करून घ्यायचा असेल, त्यानें आपली मति दृढ (Positive) बनवली पाहिजे. देहाकर्षणाच्या (The law of attractin) प्रभावानें प्रत्येक मानवी प्राणी दबून आपल्या कक्षेच्या कार्यक्षेत्रांत आकाशांतील ताऱ्याप्रमाणें स्वकर्मयोगांत भ्रमण करीत असतो. लहान वस्तूवर मोठ्याचा जरी अधिक पगडा असतो, तरी त्यांत दृढ आणि अदृढ शक्तींच्या प्रभावांचा अंतर्भाव झालेला असतो.

* * * २२ * * *

विचारलहरी.

जगांतल्या प्रत्येक पदार्थांत विचारलहरीचा सांठा भरलेला असतो. प्रत्येक वस्तूंत–ध्वनि, सरदी, गरमी, संताप वगैरे गोष्टी स्वभावत:च सामाविलेल्या असतात. सर्व विचारलहरींचें आद्यस्थान सर्दीत असतें. मानवी प्राणी काय किंवा इतर कोणचाहि प्राणी जो शब्द करतो, त्याचा अर्थ वीणेच्या शब्दासारखाच असतो. वीणेच्या तारांवर बोटाचा आघात केला असतां, तो आघात हवेवर उमटून त्याची ती झंकारलहरी जशी आपल्या कर्णरंध्रांत घुसते, अथवा एखाद्या धातूच्या

पात्रावर टचका बसल्याबरोबर त्यांतून जसा झणत्काराचा नाद निघून तो आपण ऐकतो, तद्वतच मनुष्याच्या मुखांतून जे ध्वनि बाहेरच्या हवेवर आदळतात, ते ध्वनि वातलहरींनीं दुसऱ्यांच्या कर्णरंध्रांत घुसतात. एखाद्या पाण्याच्या तलावांत आपण धोंडा फेंकला असतां, तो पाण्याच्या पृष्ठभागापासून तळाला जाऊन पोंचेपर्यंत त्या पाण्याच्या पृष्ठभागावर जशा वर्तुळाकार लाटा उत्पन्न होऊन त्या तलावाच्या काठापर्यंत जाऊन पोंचल्यावर अदृश्य होतात, तद्वतच विचारलहरींची स्थिति असते. इंग्रजींत ज्याला (Thought viabration) असे म्हणतात, त्यालाच आपण 'विचारलहर' असें म्हणतों. त्या विचारलहरी आपल्या मनांत एकसारख्या उद्भवत असतात. त्या वाऱ्यापेक्षांहि त्वरित गतीनें धांवा मारीत असतात. विचारलहरीचा मानवी प्राण्याच्या मनावर विलक्षण प्रभाव पडतो. एखाद्यानें एखाद्याला एखादी अद्भुत विचाराची कल्पना सांगितली असतां तो भाळला जातो. हें जें भाळणें त्याचाच अर्थ मारणें असा आहे. मांत्रिक लोक जे आपल्या मनोगत मांत्रिक विचारांचें जाळें सापडलेल्यावर टाकून त्याला आपल्या मंत्रजालांत नानातऱ्हांनीं गुरफटून टाकतात, त्यातलें वर्म हेंच आहे. दृढ वृत्तीच्या शब्दरूप विचारलहरींत हेंच अद्भुत सामर्थ्य आहे. मांत्रिक लोकांना जीं कांहीं व्रतें पाळावीं लागतात, त्यांचा अंतर्भाव शुचिर्भूतपणांत झालेला असतो. कोणचेंहि विचारलहरीचें कार्य

आपण टाम मतानें करीत असतां प्रथम मौन धारण करून एकाग्र मन केलें पाहिजे. सभोवतालची जागा स्वच्छ असुन ज्या स्थलीं, विचार-लहरीकडुन कार्य करून घ्यावयाचें असतें, ती जागा एकांताची व मन आनंदी करणारी असावी. आपण वैश्वदेवांतसुद्धा 'वाग्यतो भवेत्' असें व्रत धारण करून हवनापासून पुढला विधि करतों. शब्दब्रम्हांतच नादब्रम्हाचें मोठें तत्व आहे. गणपती अथर्वशीर्षांत 'गं गणपतये नमः' यांत 'गं' असें जें हें बीजाक्षर आहे, तें मोठ्या गंभीरपणानें मनांत म्हणून त्यांतल्या अनुस्वाराचा ध्वनि दीर्घकाल असा मस्तकांत घुम-वण्यानेंच त्या देवतेच्या प्रसादाची प्राप्ति होऊन मंत्रसिद्ध होते. गायत्री-पुरश्चरणांतहि प्राणायामाच्या दृढ व्यासंगानें सूर्य देवता प्रसन्न होऊन श्रीसमर्थ रामदासांप्रमाणें अनेक गोष्टी सहजी करितां येतात. या सर्वांची आदिकारणें मनाची दृढता आणि नादब्रह्माचें पूर्ण आकलन हींच होत. अशा तऱ्हेनें नादब्रह्मांत केलेला दृढ विचार व त्याचें विक्षेपण यांची तात्कालिक सिद्धि होते. मंत्रशास्त्रांत जी थोडक्यांत पुष्कळशा गोष्टींची अक्षरबीजांची योजना केलेली असते, ती महान् सिद्धांनीं सिद्ध करून ठेविलेली असते; परंतु त्यासंबंधानें जेथें आस्था आणि विश्वास यांचा अभाव असतो, तेथें त्यांच्यांतली लक्ष्मी नांदूं शकत नाहीं. पूर्वऋषींनीं करून ठेविलेल्या गोष्टी योग्य मार्गानें प्राप्त करून घेण्याची आस्था आणि विश्वास हीं एवढ्याचसाठीं अंधश्रद्धेनें धरून त्या बाबतींत विजयी

व्हावें लागतें. इंग्रजींतहि (Assertion repeatedly made, come after a while to be believed) असें जे म्हटलें आहे, तें अगदीं खरें आहे.

* * * २३ * * *

शद्ब अथवा सांकेतिक सूचना.

या बाबतींत आमचें हिप्नॉटिझमवरचें पुस्तक वाचल्यास वाचकांना त्यासंबंधीं सर्व कांहीं यथायोग्य रीतीनें समजेल, अशी आशा आहे. मनोम्द्भूत विश्वास, (Emotional belief) आणि बुध्युद्भूत विश्वास (Intellictol belief) हे जे विश्वासाचे दोन प्रकार, त्यांतच मानवी विचारसर्वस्वाचा अंतर्भाव झालेला असतो आणि त्यांचा पाया सर्वस्वी शंकाकुल (Objective) आणि निःशंक (Subjective) मनःस्थितीस आधारभूत असतो. मानवी मन नेहमीं अनेक तर्ककुतर्कांत गुरफटलेलें असल्यामुळें एखादी यःकश्चित् गोष्टहि त्याच्या मनांत ठामपणानें बिंबवण्यास जें फार कठीण जातें, त्याचें कारण त्याच्या मनाचा कमजोरपणा हेंच होय.

एथपर्यंत जी विचारदृढता करण्याची निरनिराळ्या स्वरूपांतली माहिती दिली, त्यावरून, मानवी विचारशक्ति काय वाटेल तें करूं शकते, अशाबद्दल वाचकांची खात्री झालीच असेल. आतां यापुढें विचारशक्तीचा जोर कसा प्राप्त करून घ्यावा (How to streng-

then the will-power) तिच्याकडून आपला: विचार दूरवर कसा फेकावा (How to project the thought) आणि स्वेच्छा कशी पूर्ण करून घ्यावी (How to fulfill the desire) हे सर्व समजण्यासाठीं प्रयोग्य (Practical) ज्ञान व त्याच्या निर-निराळ्या तऱ्हा यांची माहिती यापुढें आम्ही देणार असून, त्या सर्व गोष्टी आपल्या हस्तगत (Practieal) कशा करून घ्याव्या, या-बद्दलची जी माहिती यापुढें पूर्णपणें सचित्र अशी दिली आहे, ती नीट मनन करून वाचावी आणि अभ्यासांत आणून हस्तगत करून घ्यावी, म्हणजे खात्रीनें इच्छित हेतुप्राप्ति होईल, हें विसरूं नका. मात्र श्रद्धा व विश्वास यांचा त्याग न करतां, किंतुला थारा देऊं नका.

२४

इच्छाशक्तींतलें गौप्य
आणि
इच्छाशक्तीचा अभ्यासित वेग.

इच्छाशक्तीचीं कार्यें सिद्ध कशीं करावीं व इच्छाशक्तींतले भेद काय आहेत, ते आतां येथें प्रथम नमुद करतो.

थोर लोक इच्छित हेतु प्राप्त करून घेण्यासाठीं आपल्या भोंवतालीं जे मवतनिसांचें वलय धारण करतात, तें निष्फळ गुप्तशक्तीच्या अंतर्गत जोराचेंच कारण होय. आपल्या अंगच्या आकर्षण–शक्तीची व्याप्ती

माहिती नसते असा माणूस अज्ञानामुळेंच स्वांगीभूत अदृश्य अशा आकर्षण-शक्तीचा गैरसमाजानें व्यर्थ ऱ्हास मात्र करून घेतो. ज्याला आपल्या अंगातल्या अदृश्य आकर्षण शक्तीची ओळख पटलेली असते, तो मनांत वाटणारी अत्यंत बिकट गोष्टहि अगदी सोपी करूं शकतो. याचें कारण, त्याच्या मास्तिष्कांतील किरणांची व त्याची एकतानता झालेली असते. तो कट्टया शत्रूलाहि पक्का दोस्त करूं शकतो.

विचारशक्तीकडून प्रत्येक इच्छा कशी सफल करून घ्यावी आणि मनांत योजिलेलें हरएक काम कसें सिद्ध करावें, याबद्दलची यथासांग माहिती आतां यापुढें वाचायला सांपडणार आहे.

* * * २५ * * *

मानवी स्वभावाचा नेभळेपणा.

(The weakness of human nature)

सत्यासत्याचा विचार करीत न बसतां आपण फार मोठे शहाणे आणि ज्ञाते आहोंत, अशा भ्रामक समजुतीनें जे एकदम स्पष्ट-पणें आपल्याकडून मत दिलें जातें, तें अदूरदर्शीपणाचें असतें. हा मानवी स्वभावाचा नेभळेपणा अनेक इष्टकार्यसाधनांत बाध आणतो. त्यामुळें वेळीं सत्याचें खोटें व खोट्याचें खरें प्रपादिलें जातें. 'पांचां मुखी परमेश्वर ' ही म्हण व्यवहारांत येण्याचें कारण हेंच झालेलें आहे. एकाद्याला खरा नीटसा विचार करतां न आल्यामुळें त्याची

अनेक गोष्टींत फसगत होते आणि म्हणूनच ग्रामपंचायत ही गोष्ट मोठ्या दक्षतेनें व्यवहारांत आलेली आहे. ग्रामपंचायत हाच ' पांचां मुखी परमेश्वर ' होय. हीच पंचायत आपल्या शद्वांच्या आकर्षणांत सर्वांस ठेवूं शकते.

॥ ॥ ॥ २६ ॥ ॥ ॥

मानसिक आकर्षणाचे कायदे.

(The laws of attraction)

आकर्षणाचे कायदे जरी अनेक प्रकारचे आहेत, तरी प्रत्येक मानवाच्या मनाचा कल आणि इच्छाशक्ति हीं आपलें गुण निरनिराळ्या प्रकारांनीं प्रगट करीत असतात. यास्तव, त्यांनीं स्वतःचा स्वभाव अज-मावून आपल्या उपयोगीं पडतील तेच कायदे उत्तम तऱ्हेनें पाळावेत. त्या अनेक नियमांपैकीं पुढीलप्रमाणें सात नियम मुख्य आहेत.

१. एकांत–(Privacy)
२. गुप्तता–(Secrecy)
३. गूढ–(Mystery)
४. मानसिक शान्तता–(Moderation)
५. एकाग्रता–(Consentration)
६. सूचकता–(Suggestiveness)
७. एकाग्रदृष्टि–(Fixed gaze)

या सात गोष्टींचा अभ्यास पुरा झाला तरच पुढें आपल्या विचा-रांकडून, मानसिक शक्तीनें जीं हवीं तीं कार्यें करून घेतां येतील. नाहीं तर सर्व खटपट व्यर्थ जाईल.

२७

एकांत व त्यांतील गुप्तता.

(Privacy & its secrecy)

मानवाच्या अंगीं मार्मिकपणा हा गुण अवश्य असला पाहिजे. अधीरेपणा, उतावळी, राग वगैरे दुर्गुण सोडून देऊन, प्रत्येक गोष्टीची उत्तम छाननी करावी. मोठ्या सावधगिरीनें मित भाषण करावें. दुस-ऱ्याचा भेद किंवा हृदयाचा ठाव घ्यावा आणि स्वतःचें अंतर्मन ओळखूं देऊं नये. आपण भविष्यत् काळीं काय करणार, तें गुप्त ठेवावें. स्वतः-च्या कार्याची जागा खास निराळी असावी प्रत्येक इच्छा आपल्या अंतःकरणांत गुप्त ठेवावी. (To retain desire). उतानखाटपणा, गर्व, हट्ट वगैरे मनोविकारांपासून अलिप्त राहून, हलकट मनाप्रमाणें अधीरेपणानें स्वगत विकारांचें कधींहि प्रकटीकरण करूं नये (Never to resele desirer). विचार नेहमीं दृढमूळ ठेवावा त्यायोगें तुम्ही प्रत्यक्ष लोहचुंबकाचें सादृश्य पावाल. त्यायोगें हलक्या मनाचे, उतावळे, उल्लू, बेअक्कल वगैरे स्वभावांचे लोक तुमच्या इच्छाशक्तीनें आकर्षित होऊन, तुमचे गुलाम बनतील. जो माणूस भित्रा, उतावळा,

हलक्या मनाचा आणि शंकेखोर असतो, तो तुमच्या पुढें लोहाप्रमाणें स्वरूप धारण करून तुमच्या चुंबन-आकर्षणशक्तींत गुरफाटला जातो. याचें कारण असें कीं, तुम्ही मागें सांगितलेलें सद्गुण अंगीं धारण करून ज्ञानमार्गांत त्याच्या पुढें गेलेले असता. ज्ञानाचा पगडा अज्ञानावर बसलाच पाहिजे, असा जो सृष्टिनियम आहे, त्याला हरताळ लागणें शक्य नाहीं. समजा कीं, एखाद्या घाबऱ्या, भिऱ्या दुर्बळ मनाच्या माणसानें उतावळीनें येऊन तुम्हांला एखादी खुनासारखी भयंकर गोष्ट सांगितली आणि तुम्हीं ती मोठ्या शांत चित्तानें ऐकून घेऊन, तिला महत्त्व न देतां बेफिकीरपणें नुसतें स्मित केलें, तर तो ती हकीकत सांगणारा माणूस आश्चर्यानें गुंग होऊन जाऊन, मोठ्या घोंटाळ्यांत पडेल आणि खिन्न मनानें आपोआप शांतचित्त होऊन, तुमच्या भजनीं लागेल. कारण, तुमच्या शान्त वृत्तीचा व स्मिताचा पगडा त्याच्यावर तावडतोब अचुकपणें बसलेला असतो. तो तुम्हांला त्या तुमच्या वर्तनाबद्दल लगेच प्रश्नांवर प्रश्न विचारूं लागला, तरी तुम्ही आपली वृत्ति ढळूं देतां उपयोगी नाहीं. जों जों तुम्ही आपली वृत्ति दृढ ठेवाल, तों तों त्या पृच्छकाचें मन तुमची ती वृत्ति जास्त जास्तच आकर्षण करीत राहील. त्यानें जी बातमी तुम्हांला येऊन सांगितली असेल, ती त्यानें तुम्हीं त्याला न विचारतांच सांगितली असल्याकारणानें, तो त्याबद्दलचें तुमचें उत्तर ऐकून घेण्यास बराच अधिर झालेला असतो व तुम्ही उत्तर

देण्यांत उत्तरोत्तर शान्तता दाखवीत असतो; कारण, त्याला काय उत्तर पाहिजे आहे; त्याची जाणीव तुमच्या अंतःकरणांत झालेली असते. त्याला जें कांहीं पाहिजे असतें, तें त्याला ठाऊक असतें. तें त्याला मिळण्याची खात्री असल्यामुळें तो तत्प्राप्तीची घाई कधींच करीत नाहीं.

* * * २८ * * *

गौप्य.

(Mystery)

प्रत्येकानें आपलें मनोगत कोणच्याहि प्रकारानें गुह्य राखलें पाहिजे. आपली एखादी यःकश्चित् गोष्टहि कोणी कोणापाशीं उघड करून सांगूं नये. याप्रमाणें वर्तन ठेवल्यास, जो जो म्हणून कोणी तुमच्याकडे येईल, तो तो तुमची ती वृत्ति पाहून तुमच्या त्या वृत्तीच्या तेजानें आकर्षिला जाऊन, तुमच्या पुढें नव्या नव्या गोष्टी आपोआपच सांगूं लागेल आणि तुमच्याकडून प्रत्युत्तर मिळण्यासाठीं अगदीं अधीर होऊन जाईल. मौनव्रताचा असाच प्रभाव आहे. आपल्यापुढें येऊन बातम्या सांगणाऱ्यांना व प्रश्नांचीं उत्तरें विचारणाऱ्यांना आपण अगदीं मोजक्या शब्दांत, मोठ्या गांभिर्यानें, त्रोटक व भेदक असे प्रश्न विचारावे. असें वर्तन राखल्यानें तुमच्या इच्छाशक्तीचा पगडा वाढत जाऊन प्रत्येक गोष्टींत इष्टसिद्धि प्राप्त होत जाईल. तुम्ही मौनव्रत धारण करून

जितकें गौप्य आपल्या मनांत सांठवूं शकाल, तितकी विचार-शक्तीची तुमची प्रबलता अधिक वाढून तुमच्या शब्दप्राबल्यानें अथवा दृक्प्रभावानें तुम्ही जगावर हुकमत चालवूं शकाल. ज्या मानानें तुमच्या या अशा इच्छा-शक्तीचा सांठा तुमच्या अंगांत असूं शकेल, त्या मानानें तुमचा वरचष्मा जगावर चालूं शकेल. असल्या तऱ्हेची ही अद्भुत शक्ति होतां होईल तों कमी खर्च करण्याची जर खबरदारी घेतली तर ती शक्ति तुम्हांला वाटेल त्या बिकट प्रसंगीं तुमच्या दासीसारखें तुमचें इष्टकाम खात्रीनें करीलच करील, यांत शंका मानूं नका.

ज्या वस्तूची आपल्याला प्राप्ति झालेली नसते, ती वस्तु हस्तगत करून घेण्याच्या आकर्षणानें आपलें मन अगदीं मोहित झालेलें असतें. अशा वेळीं, आपलें ज्ञान जरी आपणापाशीं हजर असतें, तरीं त्याचा उपयोग करून घेण्याची आपणाला विस्मृति होते. अशा स्थितींत आपल्याला लोक वेड्याच्या पंक्तींत काढून आपली टर उडवतात. अशी स्थिती कधींहि होऊं देऊं नये. शांत चित्त, मित भाषण, नम्रपणा आणि नम्र वर्तन हींच जर आपण राखलीं, तर आपल्याला दुसऱ्याच्या बुद्धिचा भेद करतां येईल. आपलें दुःख कधींहि आपण दुसऱ्यापाशीं उघड करूं नये. त्याचप्रमाणें आपण कधींहि कोणापाशीं दिलदारपणा करूं नये व करण्याची इच्छाहि दर्शवूं नये अथवा बाळगूं नयें. तुमचे विचार, तुमचे आचार, तुमची भावी कृति अथवा इच्छा वगैरे कशाचाहि

कोणास मागमूस न लागेल असेंच तुम्हीं वर्तन ठेविलें पाहिजे. अशा वर्तनानेंच हमेशा दुसऱ्याच्या अंतःकरणाचा आपल्याला बरोबर ठाव लागतो. तुमचीं दुःखें हवेबरोबर खेळवूं नका, कोणाच्याहि कृपेची जरूरी बाळगूं नका, कोणाचीहि हांजी हांजी करूं नका, प्रत्येक वासनेंतला जोम ओळखा आणि त्या जोमाला आपलासा करून घ्या.

श्रीसमर्थ रामदास, श्री तुकारामबोवा, महाराज श्रीछत्रपती शिवाजीराजे, तानाजी, बाजी देशपांडे, नेपोलियन बोनापार्ट, नेल्सन, वॉशिंग्टन, वगैरे थोर पुरुषांच्या चारित्र्याकडे सूक्ष्मतेनें लक्ष्य द्या, म्हणजे तुम्हांला असें आढळून येईल कीं, ते आपली आत्मशक्ति फारच गुप्त ठेवीत असत. त्यांनी तिचा उपयोग अगदीं ऐन प्रसंगीं करून यशःसिद्धी मिळविलेल्या आहेत. त्यांनीं आपल्या गुप्त विचारशक्तीच्या जोरावर केवढाली प्रचंड व अचाट कामें केलीं आहेत, याची साक्ष इतिहास देतोच आहे. ज्याला आपलें मन शांत राखतां येईल, त्याचीच वृत्ति गंभीर होऊं शकते. प्रसंगीं स्मित करावें, पण थट्टेखोरीच्या हास्यरसाला जसा ऊत येतो, तसा मात्र येऊं देतां कामा नये. मनाच्या प्रत्येक विकारांत आपलें मन आपल्या काबूंत ठेविलें पाहिजे. मिशांचे आंकडे कधीं पिळूं नयेत. ज्या स्थलीं आपण बसलें असूं त्या स्थलाला वारंवार बदलूं नये. आपण कोणाची खुशामत करूं नये व आपली कोणी करावी अशी इच्छा धरूं नये. आपली प्रत्येक इच्छा दृढ (Con-

sentrate your desire) करावी. कारण, प्रत्येक इच्छेंत तिचीच खुद्द अशी शक्ति असते आणि तिची पूर्तता करण्याचेंहि सामर्थ्य तिच्यामध्येंच असतें (Every desire is a mental current laden with power). मर्यादा न सोडतां लोकांची आपल्याबद्दल जिज्ञासा वाढतच जाईल, अशी आस्ते आस्ते संवय करावी. बढाई-खोरपणाला केव्हांच आस्रा देऊं नये. लोकांनीं आपली वाहवा करावी, अशी इच्छा कधींच धारण करूं नये; कारण, त्यायोगें मस्तिष्काच्या प्रभावकिरणांचा नाश होतो कोणच्याहि तऱ्हेची लालसा (Temptation) अंतःकरणांतून हुसकावून लावावी. कामक्रोध, सुखदुःख, आशाकांक्षा, इच्छालोभ, अधीरता वगैरे मनोविकार नाशकारक अस-ल्यामुळें त्यांना आपण आपल्या कबजांत ठेवले पाहिजेत. कोणत्याहि गोष्टीची लालसा म्हणजे लोभ हा विकार सर्वांत खोटा आहे. यास्तव, त्याला प्रथम आपल्या हृदयांत गारद करून टाकला पाहिजे. आपल्या-वर त्याचा पगडा बसूं देणें उपयोगी नाहीं. जितकी तुमची इच्छाशक्ति दिवसेंदिवस अधिक दृढतेनें वाढत जाईल, तितक्याच उमेदीनें कार्य-सिद्धिची वाढ होत जाईल.

तुम्ही जर आपल्या सर्व तऱ्हेच्या लालसा जिंकाल, तर तुम्ही खात्रीनें जनतेचीं मनें निःशंकपणानें आकर्षण करूं शकाल. विद्युत् यंत्रामध्यें पॉझेटिव ज्याप्रमाणें निगेटिव्हला आकर्षण करून घेते, तद्वत

तुम्ही करूं शकाल. तुम्हांला जगाची मनें आपल्याकडे आकर्षण करून घेण्यास त्या बाबतींत फारसा उपद्व्याप अथवा कष्टहि करावे लागणार नाहींत. ज्या गोष्टींच्या प्राप्तीस्तव तुम्ही पूर्वी अनेक खटपटी केल्या असतील, अशा गोष्टी अशा स्थितींत तुमच्याकडे तुमच्या गुप्त आकर्षणानें अनायासें धांवत येऊन, तुम्हांला त्या प्राप्त होतील. कारण, त्या तसें करण्यास कायद्यानेंच बांधल्या गेलेल्या असतात. अशा उत्तम गोष्टी तुमच्याकडे अनायासें येऊं लागल्यावर तुम्ही उतावळेपणाचा पूर्ण त्याग केला पाहिजे. एकंदर उत्तम वस्तूंपैकीं जी वस्तु तुम्हांला प्राप्त झाली नसेल, तिच्या प्राप्त्यर्थ व्यर्थ घाबरेपणा दाखवूं नका. कारण, ती तुमच्याकडे येण्याचा मार्ग चालत असते, असा जो विश्वास. त्याचा तुम्हीं त्यामुळें त्याग केल्याप्रमाणें होणार आहे. असे हे आकर्षणशक्तीचे कायदे आहेत. संसारव्यवहारांत हल्के हलके हे कायदे अमलांत आणून, आपला भेद कोणालाहि न लागूं देतां, आपल्या इच्छाशक्तीकडून दृढबुद्धीनें आपलीं कार्यें पार पाडून घ्यावींत.

२९

मनुष्य हा काय पदार्थ आहे ?

(What is Man ?)

कोणाच्याहि मतानें जरी लाभकारक नसलें तरी, एकंदर सृष्टिनिर्मित जीवांच्या संबंधानें मननपूर्वक विचार केला असतां, मानवी

प्रकृतीसंबंधानें जी कांहीं अजब अशी ईश्वरी कृति दृष्टोत्पत्तीस येते, ती अत्यंत मनोरंजक अशी वाटल्यावांचून मात्र राहात नाहीं.

एखाद्या धर्मभोळ्या माणसाला जर विचारलें, तर तो असें पटकन सांगेल कीं, मनुष्य आणि जीवजंतु यामध्यें प्राणी या नात्यानें ईश्वरापाशीं जरी कांहीं एक भेदभाव नाहीं, तरी मानवी प्राणी हा ईश्वराची सर्वोत्तम अशी जी कृति आहे, तिचें मूळ इतर जीवजंतूंतच आहे आणि भेदभाव जर कांहीं असेल, तर तो त्यांच्या आत्मीय ज्ञानांतच असतो यांत संशय नाहीं.

यावर जर तशा मनुष्याला कोणी आत्म्याचें ठाम लक्षण विचारण्याचा प्रयत्न केला, तर त्याला पाखंडमताचा चार्वाक समजून, त्याला सयुक्तिक उत्तर देण्याची टाळाटाळ करण्याकरितां मोठ्या खुबीनें, त्या गोष्टीचा हवाला तो ईश्वरी प्रेरणेंत ढकलील आणि अशा तऱ्हेनें त्या विषयाचा शेवट लावील. याचें कारण इतकेंच कीं, ईश्वरी कृतीची चिकित्सा शोधकबुद्धीनें करणें हें महत्पाप असून, ती करणाऱ्याला, तशीं माणसें, स्वतःचें अज्ञान लपविण्यासाठीं पाखंडी अशी संज्ञा देतात; परंतु आश्चर्याची गोष्ट ही कीं, मानवी प्राणी व त्याचा आत्मा या गोष्टी काय आहेत? याची माहिती मिळविण्याचा—त्यांच्या मतें तें पातक—असल्यानें ते कधींच प्रयत्न करीत नाहींत. आत्मा ही चीज

अविनाशी आहे हें मात्र ते प्रांजलपणें कबूल करतात व ती वस्तु सर्व-संपन्नतेनें मानवालाच फक्त देवानें दिलेली आहे असें प्रतिपादितात.

वरील धर्मनिष्ठ मानवांच्या प्रतिपादनावरून, त्याच्या एवढेंच ध्यानांत आलेलें असतें कीं, आत्मा हा एखाद्या लाडक्या प्राण्याप्रमाणें शरीररूप पिंजऱ्यांत राहिलेला असतो, किंवा तें एक जबरदस्तीनें देहांत अडकवून ठेविलेलें विमान असतें.

आतां देहात्मवादी म्हणजे चार्वाकमताभिमान्यांचें काय मत आहे तें पाहूं गेलें असतां, त्यांना जर वरील प्रश्न विचारला, तर त्यांच्या-पासून आपल्याला जें कांहीं पाहिजे आहे तें मिळण्याचा लवमात्रहि संभव नसल्यानें, त्यांच्या संबंधानें मुळींच विचार न करतां, प्राणी-शास्त्रज्ञांचें जर या बाबतींत मत घेतलें, तर ते असें सांगतील कीं, कोणचाहि देही प्राणी हा स्वतंत्रपणें अमुक एका विशिष्ट आत्म्याचा व अमूर्त असा नसून, तो केवळ दैवयोगानें अनेक परिमाणूंच्या संयोग-शक्तीपासून निर्माण झालेला आहे. सिद्धपदार्थीय जीवाहून प्राणी हा इतर कांहीं नसून, सिद्धपदार्थशास्त्राच्या इच्छित कृपेनेंच केवळ प्राणी-मात्रांची निर्माणता झालेली असते.

या बाबतींत अतिजीवनाच्या दैहिक द्रवीकरणाचा, मानसिक चमत्काराचा आणि दैविक अस्तित्वाचा कांहीं एक संबंध नाहीं, असेंच ते प्रतिपादितात. जगदुत्पत्तींतील इतर पदार्थांप्रमाणेंच मनुष्य ही एक

वस्तु असून, तिच्यांत कमी अधिक असें कांहीं अणुमात्रहि नसून, तें एक स्वाभाविकपणें चालणारें यंत्र आहे व इतर प्राण्याप्रमाणेंच नाशवंत बाहुलें आहे.

कणवाद्यांचें हें तत्व खोडून काढीत बसण्यानें आमचा व वाचकांचा वेळ व्यर्थ दवडण्याची आमची इच्छा नाहीं. कारण, उलट बाजू घेऊन वितंडवाद घालण्यास जोराचा आधार नसल्यानें तसें प्रतिपादन करीत बसणें म्हणजे मानसशास्त्र आणि आत्मतत्वविचार यांबद्दल आपलें अज्ञानाचें प्रदर्शन उघडण्यासारखेंच आहे.

❧ ❧ ❧ ३० ❧ ❧ ❧

मन.

(Mind.)

दैववाद आणि कणवाद हे दोन्ही सिद्धांत दिसण्यांत जरी परस्परविरोधी असे भासमान होतात, तरी ती गोष्ट सत्य नाहीं. त्यांचा परस्परांशीं विरोध नसून, ते दोन्ही सिद्धांत, मानवी शरीररचनेच्या दोन भिन्न मतांवर जरी उभारलेले आहेत, तरी त्यांचें पर्यवसान एकाच सिद्धांतस्वरूपांत होतें. देहात्मवादी व कणवादी यांचे सिद्धांत मननपूर्वक वाचल्यास हेंच सत्य प्रत्येकाच्या दृष्टोत्पत्तीस येतें. परमार्थवाद आणि ब्रह्मतत्ववाद यांची जशी सांगड असते, तद्वतच वरील वादांचीहि असते.

टेलिपॅथी–इन्स्ट्रक्टर.

आपण जर मानवाच्या स्वभावाचा शास्त्रोक्त अभ्यास केला, तर त्याचें अस्तित्व—

१. चैतन्य–(A spirit)

२. आत्मा–(A soul)

३. देह–(Body)

या तिहींत गुरफटून राहिलेलें आहे असेंच जरी प्रत्ययाला येतें, तरी 'देह' हें काय आहे हा प्रश्न उरतोच; पण त्याच्या संबंधानेंहि—

१. नैसर्गिक देह–(Natural body)

२. पारमार्थिक देह–(Spiritual body)

असे दोन प्रकारचे भेद अनुभवसिद्ध ठरतात. यांतील पारमार्थिक देह हा नैसर्गिक दृश्य देहांतर्गत अंगुष्टमात्र असा अदृश्य लिंगदेह या संज्ञेनें वैज्ञानिकांनीं संबोधिलेला आहे. वेदान्तादि–म्हणजे–फळ आधीं कीं झाड आधीं–अशा कधींहि न सुटणाऱ्या वादाच्या बडबडी जर आपण ध्यानांत आणूं लागलों, तर लिंगदेहाबद्दलहि आपलें मन संशयग्रस्त होईल यांत संशय नाहीं.

कांहीं लोक तर असाहि संशय प्रतिपादितील कीं, आत्मा हा आपल्या लहरीप्रमाणें हव्या त्या आगाऊच तयार झालेल्या भिन्न भिन्न प्रकारच्या पोशाखरूप देहांत घुसून त्यांनां स्वेच्छेप्रमाणें वागवितो, आणि ते जीर्ण झाले म्हणजे त्यांचा त्याग करतो; हें त्यांचें म्हणणें

अंशत: जरी खरें मानिलें, तरी तें सर्वस्वी खरें ठरत नाहीं. कारण, त्यांनीं कोणच्याहि विशिष्ट संकल्पानें निसर्गाचे बारकाईनें निरीक्षण केलेलें नसतें

ज्यांनीं मानासिक शक्तीच्या स्पष्टीकरणाचा अथवा आत्म्याच्या तेजाचा चेहेऱ्यावरून अथवा हस्त किंवा हस्ताक्षर यांवरून मस्तकरूपात अभ्यास केलेला असतो, त्यांच्या ही गोष्ट स्पष्टपणें प्रत्ययाला आलेली असते कीं, मानवामानवांमध्यें त्यांचें वर्तन आणि स्वभाव यांत जो फेरबदल दिसतो, तो त्यांच्या भिन्न देहरचनेमुळेंच झालेला असतो आणि म्हणूनच ' मूर्ति तशी प्रकृति ' ही म्हण प्रचारांत आलेली आहे.

दोघा माणसांच्या प्रकृति अथवा मनें हीं बहुतेकांशीं समसमान असतां, त्यांचे देह एकमेकांहून कमी अधिक जोमाचे आहेत व त्यांपैकीं एकाचें काळीज अशक्त असून, दुसऱ्याची पचनक्रिया रोगट अथवा त्याचें यकृत विकृत असेल, तर त्याचा परिणाम काय होईल ? विकृत यकृताचा परिणाम त्याच्यावर होणार नाहीं काय ? कोणावरहि तो झालाच पाहिजे !

काळीज किंवा यकृत यांपेक्षां स्वभावाचें स्थान अधिक गुह्यांत असल्यानें, त्या दोन्ही अवयवांच्या विकृत स्वरूपांवरून कोणालाहि कोणाच्या मानासिक शक्तीला आजमावतां येणार नाहीं, असें जर कोणी म्हटलें, तर त्याचें उत्तर असें आहे कीं, इंद्रियविशिष्टरचनेच्या

बाबतींत तें सर्वसाधारणच आहे. कारण, तो दैहिक भाग म्हणजे कांहीं संपूर्ण मनुष्य नव्हे. मन हें, भौतिक आवरणानें गुंडाळलें गेलेलें असतें हें मागें दिग्दर्शित केलेलेंच आहे.

* * * ३१ * * *

मानवी मस्तक.

(Man's head)

मनुष्याच्या मस्तकाशीं इतर कोणच्याहि प्राण्याच्या मस्तकाचें सादृश्य नाहीं. कर्णावयवांवर आणि पुढच्या बाजूला तें बरेंच उन्नत झालेलें असतें. इतर प्राण्यांचीं मस्तकें, मानवी मस्तकांशीं जर कांहीं बाबतींत सादृश्य पावत असतील, तर तें सभोंवार आणि कानांच्या खालच्या प्रांतांत होय. तरी पण त्यांपैकीं एकालाहि—मनुष्यसदृश अशा वानरालाहि—कपाळ आणि मस्तक या संज्ञा देण्याइतकें त्यांचे शीर्षभाग निसर्गतः उन्नत बनलेले नसतात.

जे कांहीं शोध लागले आहेत त्यांच्या अनुरोधानें असें सूचित होतें कीं, मस्तिष्काच्या वरच्या भागांत जें इंद्रिय असतें त्याच्या योगें, ज्यास इंद्रियज्ञान आहे अथवा ज्याचा मेंदु चलाख आहे अशा प्रत्येकाकडून मस्तिष्काकिरणप्रक्षेपण अथवा केन्द्रीकरण होऊन, त्याच्या लाटा सभोंवतालच्या प्रदेशांत पसरतात.

मानस–संदेश–शिक्षक.

मेन्दूचा प्रत्येक भाग अमुक एका विशिष्ट गोष्टी करतांच रचला गेला आहे व त्या प्रत्येकापासून स्वतंत्रपणें अशा निरनिराळ्या गोष्टी घडून येतात हें आतां पूर्णपणें सिद्ध झालें आहे.

मेन्दूच्या वरच्या भागांत औदार्य अथवा उदात्तता याचा जसा विशिष्ट धर्म असतो, तद्वतच उपकार, मनोगतता आणि धार्मिकपणा यांचींहि मुळें तेथेंच रुजलेलीं असतात हे गुण कमी अधिक प्रमाणांत त्या भागाच्या कमी अधिक उन्नतावस्थेप्रमाणें असतात. अध्यात्म-मार्ग अथवा ज्ञानमार्ग यांत बरीच पुढें प्रगति झालेल्यांच्या डोक्यांचे वरचे भाग जर तपासून पाहिले, तर ही गोष्ट चांगलीच निदर्शनाला येते. तशा लोकांच्या मस्तकांचा तो भाग बराच उन्नत आणि विस्तृत झालेला असतो.

मेन्दु मनाला कुढें अथवा धार्मिक बनावितो, अशी समजूत असणाऱ्या देहवाद्यांचा मी अनुयायी नसल्यानें, इतकें स्पष्ट सांगूं शकतों कीं, जेवढे म्हणून पारमार्थिक आणि तात्त्विक विचारांचे भोक्ते असतात तेवढ्यांचे शीर्षभाग–आळशी, जडबुद्धीचे, नादान वगैरे लोकांपेक्षां उन्नत व विस्तृत असतात, ही गोष्ट कांहीं खोटी नाहीं.

कांहीं विशिष्ट व्यक्तींचे स्वभाव व त्यांतल्या त्यांतहि कांहीं विशिष्ट प्रकृतींच्या तऱ्हा ह्यांचा संबंध–रक्ताचा पुरवठा, हृदयाचा प्रभाव आणि यकृत यांवर अवलंबून असतात, ही गोष्ट कांहीं आतां नव्यानें सांगण्याचें कारण नाहीं.

टेलिपॅथी-इन्स्ट्रक्टर.

खाणें, पिणें, मर्दानी कसरत, भाषण, गायन, विणकाम, दृष्टी, स्फूर्तिजनक खेळ आणि अशाच प्रकारचें अनेक विषयात्मक गुळहौशी प्रकारांचे जिणें, हें मेंदूला त्याच्या कांहीं भागांत उठावणीची चेतना देऊन, त्याचा संबंध असलेल्या इंद्रियांचें पुष्टीकरण करण्यास कारणीभूत होत असतें.

ज्याच्या योगें दैहिक इंद्रियें व त्यांचीं कार्यें उन्नत स्वरूपाचीं होतात व ज्याच्यामुळें धार्मिक गोष्टींशीं ज्यांचा संबंध येतो, अशीं तीं दैहिक इंद्रियें कोणचीं ? आमच्या मतें तरी निदान अशीं कोणचीं विशिष्ट इंद्रियें असतील असें वाटत नाहीं.

वर्तुळाकार अभिसरणाच्या योगें मेंदूच्या वरच्या भागाला रुधिराचा जसा पुरवठा केला जातो, तसाच तो कांहीं कमी अंशानें खालच्या भागालाहि केला जातो.

देहाला सजीवावस्थेंत ठेवण्यासाठीं त्यांतील चैतन्य कायम राहावें म्हणून ज्या अवयवांची मदत लागते, ते अवयव म्हणजे कांहीं मेंदूच्या वलयांतील पृथक् भाग नव्हेत असें जरी कोणास म्हणतां आलें, तरी ही गोष्ट निर्विवाद सत्य स्वरूपाची आहे कीं, बेशुद्धि आणि शुद्धि यांतील समसमान कला बऱ्याच सादृश्यानें स्थापित झालेल्या दृश्यमान होतात व त्या स्वतंत्रपणें इंद्रियशक्तीच्या जोरावर तशा झालेल्या निदर्शनाला येतातहि. इतकेंच नव्हे तर, त्यांची जेव्हां सर्वांत कनिष्ट ओहटी सुरू होते तेव्हां तर ती गोष्ट स्पष्टपणेंच दृष्टीस पडते.

तर मग पारमार्थिक ज्ञानाशीं देहाचा जर अंशमात्र संबंध आहे, शरीररचना जर अनादिकालापासून आपल्या शक्तीच्या पूर्णत्वाला पोंचली आहे आणि मेंदूच्या पृष्ठ भागाची सपाटी जर सर्वांशीं देहापासून स्वतंत्र आहे, तर आपण यांतून आतां निष्कर्ष तो काय काढायचा ? आपण या सर्वांपासून कोणचा बोध घ्यायचा ? या संबंधानें आम्हांला असें वाटतें:—

(१) कीं, माणसाच्या अंगीं ज्या शक्ति आहेत, त्या इतर कोणच्याहि गोष्टींच्या वशिल्यावांचून आत्मसमर्थन जें करूं शकतात, तेंच त्याच्या पंचनेंद्रियांचें शक्तिकार्य होय.

(२) त्याच पंचनेंद्रियांचीं शक्तिकार्यें मानसिकशास्त्ररीत्या सुधारणा करून,—प्रमाणनिरपेक्षतेचें कोंवळया मनाचें (Clairvoyant, clairaudient) आणि पाहाण्याचें, ऐकण्याचें व अदृश्यपणें बातमी पोंचविण्याचें कार्य करतात, आणि—

(३) अशा त्या शक्ति अंतस्थपणें पंचनेंद्रियांच्या ऊर्ध्व पातळीवर आपला प्रभाव करतात म्हणून, जगाला त्यांची आवश्यकता वाटते व त्याचमुळें त्यांना स्वैरतेच्या दीर्घावकाशाचें अस्तित्व प्राप्त होतें.

अशा प्रकारच्या या निर्णयानेंच मानवी प्राण्याचा त्याच्याहून अन्य कोटींतल्या प्राण्याशीं जो संबंध उत्पन्न होतो, तोच त्याचें हें

दैविक आणि दैहिक अस्तित्व सिद्ध करतो आणि याचमुळें मानवाचें आनुवंशिकत्व, दैव आणि पुनर्जन्म यांचा दोन्ही—भूलोक आणि स्वर्ग-लोक यांच्याशी संबंध असल्याचा पुरावा सिद्ध होतो. या गोष्टींच्या शक्याशक्यतेबद्दलची मतें कांहीं जरी असलीं, तरी तीं ठाम अशीं ठरवणें फार कठीण आहे. तीं मतें ठाम ठरविण्याच्या बाबतींत ज्या ज्या म्हणून गोष्टींचा उपयोग करून घ्यावा लागतो, त्यांतलीच मानस-विद्या ही एक मुख्य गोष्ट आहे.

यापुढें जो मजकूर वाचकांना वाचायला सांपडणार आहे, तो याच बाबतीतला असल्यानें, त्याचें मननपूर्वक वाचन आणि त्यांतील तत्वांचें योजकत्व या गोष्टी विशेष महत्वाच्या आहेत. याच गोष्टी या शास्त्राचा अभ्यास करणाऱ्या विद्यार्थ्याला, या शास्त्रात निष्णात करून, त्याचे मानसिक निर्णय त्याला स्वतःशीं स्वतंत्रपणें सिद्ध करून घेण्यास पूर्णपणें कारणीभूत होणार आहेत.

३२

मनोवाचनोपपत्ति.

(The Rationale of Telepathy)

जीवनशास्त्ररीत्या आणि अस्थिशास्त्ररीत्या जर बोलायचें झालें, तर जीवदेह हा फार पुरातन काळापासूनच पूर्णत्वाला पोंचलेला असा

शक्तिसंपन्न असून, हीहि गोष्ट पूर्णत्वानें सिद्ध झालेली आहे कीं, मानवी जातींतील कनिष्ट दर्जाच्या जाती आणि कांहीं हलक्या प्रकारचे प्राणी यांना सृष्टीनें अशा कांहीं इंद्रियांची देणगी दिलेली आहे कीं, ते अवयव निरर्थकत्वानें कांहीं ठिकाणीं दृश्यमान होत असल्यानें, सुधारणेच्या उच्च शिखरास पोंचलेल्या अत्युच्च मानवांत—अंशत: किंवा सर्वांशीं म्हटलें तरी चालेल—नामशेष झाले आहेत

अशा प्रकारच्या विषयांच्या बाबतींत अधिक सूक्ष्मपणानें विचार करण्यांत मन गुंतविणें म्हणजे तें एकप्रकारें मोठ्या गहन अशा समीकरणाच्या सोडवणुकीशीं झगडण्यासारखेंच जरी आहे, तरी त्यांतला सत्यांश असा आहे कीं, मनोराज्यांतील प्रांतांतहि ती गोष्ट म्हणजे अतिजीवित्वाचेंच तें एक प्रकारें निदर्शकत्व होय. कारण—गंध, श्रवण अथवा दर्शन या गोष्टी मानवाच्या अत्युच्च अशा यांत्रिक शोधांत त्याला अत्यंतावश्यकतेनें बाष्पीभवनांत व विद्युतांत जरी उपयोगी पडतात, तरी आमच्या या मानसविद्याशास्त्रांत त्यांची लेशभरहि जरूरी लागत नाहीं. मानवाला त्या सर्व गोष्टी आपल्या ईश्वरदत्त मेंदूच्या द्वारें बसल्या ठिकाणींच प्राप्त होतात. मानवाला कृत्रिमापेक्षां नैसर्गिकाचीच अनायासें मदत होत असल्यानें, त्यांची प्राप्ति घर बसल्या सहजासहजीं व बिनखर्चानें प्राप्त करून घेणेंच योग्य आहे हें म्हणणें नाकबूल कोण करील ?

टेलिपॅथी-इन्स्ट्रक्टर.

मानवाच्या मेंदूचा गड्डा आणि त्यांतील नानाप्रकारच्या सृष्टि-निर्मित विषयांच्या ज्ञानोत्पत्तींच्या परस्पर गुंतागुंतीच्या स्थानांवरील त्वगाच्छादनांची रचना यांचें संशोधक दृष्टीनें निरीक्षण केलें असतां, इतर पशुपक्ष्यादिकांपेक्षां तें सर्व अत्यंत कुशलतेनें व श्रेष्टपणाच्या कोटींतलें निर्माण झालेलें असतें असें जें निदर्शनास येतें, तेंच मानवाच्या अत्यंत उच्च बुद्धीची आणि त्याच्या भिन्नविषयक ज्ञानाच्या उत्तानतेची साक्ष पटवितें.

सर्व प्रकारच्या मूलभूत मानासिक कल्पनांचा उगम कमी अधिक प्रमाणांत सर्वस्वी मेंदूमधल्या वरच्या अर्ध गोलाच्या (Cerebral Himspheres) प्रांतांतच होत असतो. मेंदुची रचना जरी फार गुंतागुंतीची आहे, तरी त्यांतील अनेक विषयक ज्ञानोत्पत्तींच्या भागांचीं स्थानें एकमेकांपासून स्वतंत्र आहेत, ते ते भाग पूर्णस्वतंत्रपणें त्या त्या ज्ञानोत्पत्तीचे निदर्शक असे उच्च अथवा नीचतर दृश्यांत मानवाच्या मेंदूंत उपजताच निर्माण झालेले असतात असें आतां सर्वानुमतें सिद्ध झालें आहे.

याच सिद्धान्तावरून असें सिद्ध करण्यांत आलें आहे कीं, मेंदूच्या आकृतीचा मध्य कर्णरंध्र हा धरला असतां, सर्व प्रकारच्या ज्ञानविषयक गोष्टींचीं कामें कपाळाच्या पूर्वभागांतील गड्यांतुनच निर्माण होतात व त्यांचें काम कर्णाच्या सभोंवतालच्या व पार्श्वभागा-

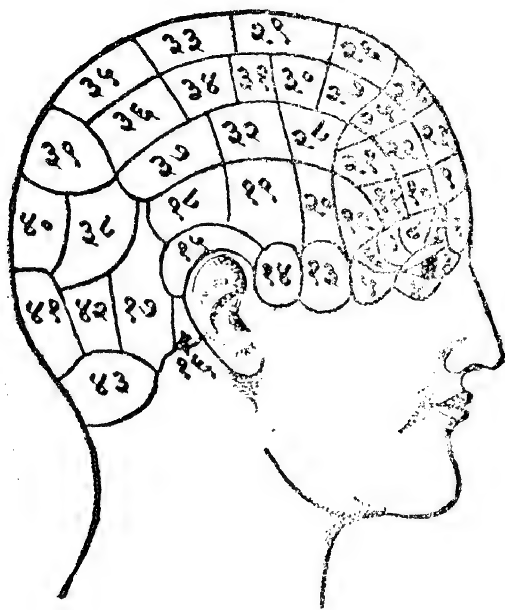
तूनच चालतें. नीतिविषयक, भक्तिविषयक आणि सौंदर्य अथवा सहृदय विषयक ज्ञानोत्पत्तींचीं स्थानें कर्णेंद्रियावरील प्रदेशांतील उन्नत पृष्ट-भागांत असलेलीं दृश्यमान होतात.

मेंदूचा कवचीच्या उच्चनीचपणाच्या विशेष प्रकाराच्या आकारां-वरून मानवांच्या मानसिक शक्तीचें सामर्थ्य कसें काय असतें हें जरी मस्तकपरीक्षण विद्येवरून विशदतेनें समजतें, तरी आम्हांला या विषयाला अनुरूप अशा जेवढ्या ज्ञानाची जरूरी आहे. तेवढें ज्ञान, मेंदूच्या बाह्य कवचाच्या उंचवट्यांवरून अथवा खोलगटपणावरून पुरेसें प्राप्त होतें.

मानवाचा स्वाभाविक धर्म जरी त्याच्या मेंदूची कवची हातांनी चाचपली असतां समजतो असें सांगण्यांत येतें, तरी ती गोष्ट त्या विद्येंत पारंगत झालेल्यांची असल्यानें, तसें करण्यानें ती गोष्ट शिक्षण-प्रद होत नाहीं आणि म्हणूनच त्या बाबतींत, मेंदूच्या निरनिराळ्या विषयांतील भागांची माहिती थोडक्यांत येथें देणें इष्ट असल्यामुळें मान-सिक ज्ञानोत्पत्तीच्या जागा स्पष्ट करून सांगणे प्राप्त आहे.

बुद्धिवान मानवाचा मेंदु जन्मताच पुष्टावस्थेंत असलेला दृष्टो-पत्तीस येतो. शास्त्रीय आणि बुद्धिसामर्थ्याचें प्रदर्शन ज्याच्याकडून होत असलेलें प्रत्ययाला येतें, त्याच्या मेंदूची वाढ कर्णप्रदेशांच्या पूर्व-भागीं झालेली दिसते. ज्यांच्यामध्यें धार्मिक आणि पारमार्थिक त्रियांची श्रेष्ठतर उन्नति झालेली असते, अशांचे मेंदूचे शीर्षस्थनावरील भाग विशेषतः पुष्ट व उन्नत झालेले असतात.

मेन्दूचे स्वतंत्र त्रेचाळीस भाग.



(चित्र नं. २)

[पृष्ठ ६६

पुढील चित्रांत (चित्र नं. १) मेंदूचे जे मुख्य आठ भाग दाखविले आहेत, त्यांचेच पुढें वर्णन केलेल्या सोबतच्या (चित्र नं. २) चें चित्रांत त्रेचाळीस स्वतंत्र भाग दाखविलेले आहेत.



१. जीवनप्रवृत्ति.
२. स्नेहसंवर्धक मंडल.
३. उन्नतविकार.
४. नैतिक विकार.
५. पूर्णताकारक इंद्रियसमू.
६. ज्ञानेंद्रियें.
७. भाषाज्ञान.
८. विचारशक्ति.

(चित्र नं. १)

मेंदूचें जें नं. दोनचें चित्र दिलें आहे व त्यांत जे एकंदर त्रेचाळीस निरनिराळे भाग शास्त्रज्ञांनीं पाडिलेले दाखविले आहेत, त्यांपैकीं जे जे भाग ज्याच्या ज्याच्या मस्तकावर तद्विषयज्ञतेचे दर्शक असे उन्नत झालेले असतात, त्याचें त्याचें कोणकोणत्या विषयांत प्रावीण्य असतें, तें त्या भागांवर एक पासून त्रेचाळीस पर्यंत जे आंकडे घातलेले आहेत व त्यांचा खुलासा यापुढें अंकवारीनें जो दिला आहे, त्यावरून, कपाळलक्षणविद्याशास्त्रान्वयें (Phrenology) तज्ज्ञांनीं ठरविलेला गृहीत

धरला आहे. प्रकृत पुस्तकांत त्यांपैकीं फक्त बोनच भागांचा जो उपयोग होतो, ते जाड्या अक्षरांनीं छापिले असून, बाकीच्या एकेचाळीस भागांचा उपयोग काय व कसा होतो ही गोष्ट, आम्ही सध्यां लिहीत असलेल्या सचित्र, कपाल-लक्षण-चिकित्सा-शिक्षक नांवाच्या पुस्तकांत स्पष्टीकरणासह जी विशद केली आहे, ती आमच्या तद्विषयक प्रेमी वाचकांना लवकरच वाचायला मिळेल अशी उमेद आहे.

मेंदूच्या स्पष्ट अशा त्रेचाळीस भागांच्या विल्हेवारीचीं नांवें-

(१) व्यास—Size.
(२) व्यक्तित्व—Individuality.
(३) आकार—Form.
(४) भाषा—Language.
(५) हिशेब / अजमास —Calculation.
(६) हुकूम—Order.
(७) रंग—Colour.
(८) वजन—Weight.
(९) स्मृति—Memory.
(१०) वस्ती—Locality.
(११) वक्तशीरपणा—Time.
(१२) स्वरमेलन—Tune.

(१३) तुटकपणा—Bobativeness.
(१४) खादाडपणा—Alimentiveness.
(१५) नासाडेपणा—Distructiveness.
(१६) भ्रष्टता—Vitiatianess.
(१७) औघत्य—Combativeness
(१८) गुप्तता—Secrativeness.
(१९) दोषमुक्तता—Acqitiveness.
(२०) रचयकता—Constructiveness.
(२१) बहेखोरपणा—Mirthfulness.
(२२) प्रयोज्यता—-Causalty.
(२३) रचना—Composition.
(२४) मानवी स्वभाव—Human nature.
(२५) गोडबोलेपणा—Suavity.
(२६) उपकार—Benevolanee.
(२७) अनुकरण—Quitation.
(२८) कल्पकता—Ideality.
(२९) मानीपणा—Venaration.
(३०) धार्मिकता—Spirituality.
(३१) आशा—Hope.
(३२) उदात्तता—Sublimity.
(३३) दृढता—Firmness.

(३४) **मानसिक जागृती**—Consciousness.
(३५) अहंमन्यता—Self-esteem.
(३६) खात्री—Approbatoin.
(३७) सावधानता—Cautioness.
(३८) मैत्री—Friendship.
(३९) अखंडता—Continuity.
(४०) चालचलणूक—Inhaabitiveness.
(४१) हाजीखोरपणा—Philoprojectiveness.
(४२) मदनप्रेम—Conjugational love.
(४३) विलासीपणा—Amativeness.

अशा तऱ्हेनें थोडक्यांत आणि या पुस्तकाच्या उपयोगापुरतेंच वर्णन येथें जरी योग्य असलें, तरी या बाबतींतली वर्तमान अथवा भूतकालीन मानवी प्राण्यांचीं कांहीं थोडींशीं उदाहरणें देऊनहि ह्या विषयाचें ज्ञान पुरें प्राप्त होणार नसल्यानें, त्याचा नेहमी निरनिराळीं मस्तकें परीक्षूनच अभ्यास करणें योग्य आहे. मस्तकाच्या उच्चनीच- पणांप्रमाणेंच अवयवांचा ताठरपणा अथवा नाजुकपणा याहि गोष्टींचें परीक्षण करावें लागतें; पण त्या गोष्टींची आमच्या ह्या विषयाला मुळींच आवश्यकता नसल्यानें, त्यांची माहिती येथें देणें निरर्थक आहे.

मनाचा कल आणि प्रभाव या गोष्टी तत्वतः कशा जरी असल्या, तरी त्या अत्यंत सूक्ष्मरूप असल्यानें, त्यांची गति वातलहरींहूनहि

अधिक चंचल व सूक्ष्मस्वरूपाची असते. सूचक सूचना ज्या वेळीं शांत-पणें देण्यांत येते, त्यावेळीं आणि मनोगतविचारांची जेव्हां अदला-बदल करण्याचे प्रयोग सुरू असतात त्या प्रसंगीं, सर्वत्र शांतता ठेवावयाची असल्यानें, बिनतारेच्या संदेशाप्रमाणें हवेंतील विद्युताच्या मार्गानें ह्या मानसिक संदेशाच्या गोष्टी होत नाहींत; तर त्या गोष्टी हवेहूनहि पातळ असा जो द्यौ (Ether) नांवाचा पदार्थ आहे त्याच्या मार्फत होत असतात. तशा वेळीं अदृश्य अशा मस्तिष्ककिरणप्रक्षेपणाच्या व्यापस्थावरच तें सर्व अवलंबून असतें.

मानवी मन हें इतर प्राण्यांच्या मनाप्रमाणेंच जरी असतें, तरी तें त्यांच्याप्रमाणें सर्वत्र आगामी नसतें. तें सर्वगामी असल्यानें अत्यंत व्यापक असतें. कणवाद्यांच्या मताप्रमाणें सर्व सृष्टी जरी कणरूप सूक्ष्मावयवांच्या रचनेवर उभारलेली दिसते, तरी मनाचें स्वरूप ईश्वराप्रमाणेंच अदृश्यावस्थेंत असल्यानें, ज्ञान्यानांहि तें अगोचर असतें. यास्तव त्याला ईशसदृश मानण्यांत येतें. ईश्वर दिसत नाहीं पण त्याची कृति जशी दिसते, तद्वतच मनाची गोष्ट आहे. यावरूनच मन हें विश्वव्यापी असून, त्याचीं कार्यें तें अनेक द्वारांनीं करीत असतें. त्याला प्रतिबंध करण्याची ताकत कोणांतहि नसते. तें आपल्या मनाप्रमाणें वाटेल तें करूं शकतें. त्याच्या नाड्या त्याच्या स्वेच्छेनें वातलहरींप्रमाणें धावत असतात व तें वाटेल त्या विषयांत स्वेच्छेनें रममाण होऊं

शकतें. तें वाटेल त्या मनांतून वाटेल त्या मनांत स्वेच्छेनें शिरूं शकतें. असें जें स्वेच्छापूर्ण मन, त्यावर त्याच्यावांचून इतर कोण दाब ठेवूं शकणार ? यावरूनच मानवी मानस–संदेशांचें ग्रहण व प्रक्षेपण या गोष्टी त्याचें तेंच करूं शकतें, ही गोष्ट सिद्ध होत असल्यानें, प्राणी हा सर्वस्वी त्याच्या आधीन आहे असें ठरतें व मानस–संदेश–शास्त्र हें त्यानेंच म्हणजे मनानेंच निर्माण केलें असल्याचें उघडच सिद्ध होतें.

अशा तऱ्हेनें प्रस्थापित होणारा सिद्धांत याप्रमाणें थोडक्यांत पण स्पष्टपणें एकदां मनावर ठसला, म्हणजे मनोवाचनोपपत्ति हें काय आहे तें ध्यानांत येण्यास उशीर लागणार नाहीं. मानसिक शास्त्रांत आमच्या पूर्वजांची गति फारच विलक्षणपणें पूर्णावस्थेला जाऊन पोंचली होती; पण उन्नति आणि लय या न्यायानुक्रमानें त्या शास्त्राचा लोप होऊन, आतां तें नुकतेंच कोठें पुन्हां बालस्वरूपांत आम्हांला दृश्यमान होऊं लागलें असल्यानें, त्याचें पोषण करून त्याला पूर्वाचार्यांप्रमाणें प्रगल्भतेला नेऊन पोंचविणें आमचें काम आहे.

मानसिक समपातळीवर लागूं करण्याच्या प्रयोगाच्या कृतींचे कायदे शास्त्रोक्तरीत्या उपपत्त्युक्त असे एकदां का हस्तगत झाले कीं, मग मानसिक मनोवाचनोपपत्तीच्या अद्‌भुत चमत्कारांचें आकलन होण्यास वेळ लागत नाहीं. सध्यांच्या शास्त्रीय पद्धतीचा जो आस्ते-कदम उत्कर्ष होत चालला आहे, तोच याच्या सत्यतेची ग्वाही देण्यास

धुरेषा आहे. या शास्त्रातील अत्यंत गुह्य अशा ज्या राजकीय किल्ल्यां-तील राजप्रासादाच्या समीप शास्त्रवेत्ते येऊन पोंचले आहेत, त्यावरून त्यांतील अत्यंत सूक्ष्म आणि स्पर्श करण्यास अशक्य असें वाटणारा जो मानसराजा त्याची समक्ष भेट होऊन, पूर्वाचार्यांप्रमाणें खोल विचार करणाऱ्या विद्यार्थ्यांस, तत्वरूपानें हर्वीं तीं कामें करूं लागण्यास यापुढें परमावधि लागेल असें वाटत नाहीं. कर्मधर्मसंयोगानें जर उपरि-निर्दिष्ट कणवाल्यांच्या मताहूनहि अत्यंतात्यंत बारिक व अदृष्ट अशा स्वरूपांत विहार करणाऱ्या मानसिक अद्भुत चमत्कारांचा अभ्यास करण्यास मनोप्रांताच्या कक्षेंत शिरतां येणें पूर्णपणें शक्य झालें, तर आमच्या देशाच्या व ज्ञातीच्या कल्याणार्थंच नव्हे, तर अखिल जग-ताच्या कल्याणार्थ, आम्हांला त्रैलोक्यांतील अगाध शक्तीचीहि मदत, मानस—शास्त्रप्रणेत्या पूर्वाचार्यांप्रमाणें करून घेतां येईल, याबद्दल शंका मानण्यास कारण राहणार नाहीं.

❧ ❧ ❧ ३३ ❧ ❧ ❧

मनोधर्म.

(The Nature of the Mind)

मेंदु आणि सर्व शरीरभर पसरलेल्या रक्तवाहिन्या यांच्या साह्य-ज्ञानावांचून मानसशास्त्राची उत्क्रान्ति होणें जरी अपरिहार्य होतें, तरी त्याची व्याप्ति देहान्तर्गत सर्व शरीरस्थ अवयवांतून पसरलेली असते

अशा मनाचें कायमचें असें एकच ठिकाण मेन्दु हें नसल्यानें, 'जें मन मेंदूकडून सर्व गोष्टी घडवतें व जें देहावरहि त्याच्या कडूनच सर्व संस्कार घडवून आणितें' असें जे तर्कशास्त्रपद्धतीचें सिद्धांतस्वरूप-वाक्य, तेंच अनुभवाशीं पटण्यासारखें फक्त अनुभवांत येतें.

तत्ववेत्त्यांनीं आपल्या तात्विक विचारांत असें प्रतिपादिलें आहे कीं, प्रकृति आणि पुरुष (Spirit and Matter) हीं दोन्हीं पर-स्पर भिन्न असून, ती जोडी अविभाज्य किंवा अविच्छेद्य अशीच सरळपणें एकमेकांत लीन झालेली अशी, शद्बालंकारानेंहि अविरुद्धच आहे. अथवा तें परब्रह्मरूप जोडपें अनंत असें सर्वव्यापि आहे असें म्हणणेंहि अनाठायीं होणार नाहीं. द्रुरूप म्हणजे जें चैतन्य तेंच बोधक होय. हेंच बोधक आणि त्याच्या जोडीचें जे चिंतन तें—या दोन्हीं गोष्टी—मूलतत्वभूत उपाधी अथवा आद्यतत्वें होत. याच ईश्वरी मूळ-तत्वाच्या ज्या ऐक्यानें अथवा मायेनें सर्व जगताला व्यापिलें आहे व ज्याच्यामुळेंच सर्व चाराचरांची उत्पत्तिलय होतात, तेंच ब्रह्मतत्व म्हणून संबोधिलें जातें

आत्म्याच्या घटनेसंबंधानें मानसशास्त्रवेत्त्यांपैकीं अथवा कण-वाद्यांपैकीं असे फारच थोडे लोक कदाचित सांपडतील, की जे आत्मा हा अणुरेणुसंयोगजन्य अथवा कणपरिणाम आहे असें प्रतिपादण्यास पुढें येतील. कारण, पुरुष व प्रकृति यांच्या संयोगानेंच ब्रह्म बनलेलें

आहे, हा सिद्धांत निर्विवाद असाच ठरला गेलेला असून, त्यांत बदल होण्यास आतां केव्हांहि अवधि राहिलेला नसल्यानेंच, तो अबाध ठरला गेला आहे. हिप्नॉटिझम वगैरे जीं आधुनिक शास्त्रें शोधाअंतीं विद्वानांच्या हस्तगत झालीं आहेत, त्यांचे शास्त्रज्ञहि या सिद्धांतासंबंधानें वरील दोन्ही प्रकारच्या तत्ववेत्त्यांच्या तत्वांची सांगड घालून, तीं दोन्ही तत्वें ब्रह्मरूपच आहेत असें बिनतक्रार प्रतिपादितात व ती ब्रह्ममायाच मेंदूकडून मानसशास्त्राचे चमत्कार करून दाखविते असें वादविवादांच्या अखेरीस कबूल करतात.

स्मृति हा जो मेन्दूचा धर्म, तो केवळ जागृतावस्थेंतच हजर असतो व निद्रावस्थेंत निद्रा घेतो असें जर कोणी म्हणेल तर ती गोष्ट ब्रह्मतत्वाला निद्रेचा विकार असतो असें प्रतिपादण्यासारखेंच खोटें ठरेल. मन हें मानवाप्रमाणेंच त्याचें कांहीं तरी वैशिष्य आहे असें जें नेहमी साधारणतः मानण्यांत येतें, तें वरकरणी बुद्धीचें द्योतक असल्यानें, आमच्या मताला पटण्यासारखें नाहीं. कारण, मनुष्य हें एक प्रकारचें यंत्र आहे व मन हें त्याचें नियंत्रण करणारें परब्रह्मरूपतत्व आहे—हा आमचा सिद्धांत आतां अबाध ठरलेलाच आहे. ब्रह्म हें जर पूर्ण अथवा अपूर्ण रूपानेंहि दाखवितां येणें शक्य नाहीं, तर मनरूप जें ब्रह्म त्याचें स्वरूप तरी कोण दाखवूं शकणार ?

म्रह्माला कोणचाच विकार नसल्यानें त्याला असे निद्रादि विकार असणें संभवत नाहीं, तद्वतच मनाची गोष्ट आहे. देह यंत्राला निद्रेचा जो विकार ठेविलेला आहे, तो त्याच्या प्रतिक्षणिं होणाऱ्या झीजेला भरून काढण्यासाठीं ठेविला असल्यानेंच, त्याच्या त्या विश्रांतिकाळांत मनहि परोपकारबुद्धीनें निश्चल होतें असें जें वाटतें, त्यावरूनच मनाच्या दोन अवस्था आहेत असें मानण्याचा प्रघात पडला आहे.

यामुळेंच मानसशास्त्रांत मनाचे दुहेरी धर्म आहेत असें मानिलें गेलें आहे. निद्राभ्रमण (Somnambulism), मोहन (Mesmerism), स्वयं-लेखन (Automatic-writing), मानस-संदेश (Telepathy), स्वप्नें (Dreams) वगैरे ज्या अद्भुत गोष्टी प्रत्ययाला येतात, त्यांवरूनच मनोधर्मांचे-प्राथमिक (Primary) म्हणजे जागृतावस्थेंतला व दिव्याद्भुत (Secondary) म्हणजे सुप्तावस्थेंतला-असे दोन भेद मानण्यांत येतात. मनाचे हे दोन्ही धर्म स्वतंत्रपणें वावरत असतात. ते एकमेकांच्या साह्याची कधींच अपेक्षा बाळगीत नाहींत व त्यांना परस्परांचें ज्ञानहि नसतें. ज्यार्थी मनीं तें स्वप्नीं-हें म्हणणें यावरून व अनुभवांतीं असत्यच ठरतें.

जागृतावस्थेंतील क्रियांचें आपल्याला पूर्ण अथवा अपूर्ण तरी ज्ञान असतेंच असतें आणि त्यामुळें आपल्या सभोंवतालच्या अगदीं लगतच्या वस्तूंशीं आपला संबंध प्रस्थापित आहे असें आपण मानतों. त्याच

संबंधाच्या अथवा नात्याच्या मध्यस्तीनें, आपल्याला ज्ञानोपपत्ति होते व तिच्याच जोरावर बुद्धिसमर्पकतेची अधिकारचलावणी आपण करतों. हिलाच तार्किक शास्त्रीवाची पूर्णजागृतावस्था म्हणतात. ज्ञानाच्या ज्या प्रकाशित भागांपैकीं ज्या भागाला अर्धप्रकाशित अथवा अधिकरण-निष्ट (Subjective) म्हणतात, त्याचें ज्ञान साधारण वाचकवर्गाला असणें अशक्य आहे.

सूचनेची जबाबदार (Amenable to suggestion) म्हणून ज्या त्या अधिकरणनिष्ट (Subjective) भागाला म्हणण्यांत येतें, तो भाग जरी आपल्या बाह्यदृष्टीच्या पृष्ठभागीं असतो, तरी पण तो—ध्यान, चिंतन अथवा भावना—यांमध्यें कल्पना जेव्हां जागृत होते तेव्हां; आणि निद्राभ्रमण, मोहन, मध्यमता वगैरेच्या लहरी येतात तेव्हां प्रत्ययाला येतो. उच्च गणित, उच्च तर्कशास्त्र, उच्च इतिहास-विचक्षण व अत्यंत क्लिष्ट अशा बौद्धिक कल्पनांचे विचार—या सर्व गोष्टी आधिकारनिष्ट मनाच्या (Subjective Mind) कर्तृत्वानेंच बनून येत असतात. याच अधिकारनिष्ट मनाला कर्त्यांचें मन असेंहि म्हणण्याचा प्रघात आहे.

याच कर्त्यांच्या मनाचें असें एक वैशिष्ठ्य आहे कीं, तें बोध अथवा सूचना यांच्या हव्या तेवढ्या विस्तृत प्रमाणावर आपली प्रभा पाडूं शकतें. मनोधर्म आणि देहाच्या अवस्था व संवेदना यांवर तें

त्याचें वैशिष्ठ्य आपला ताबा चालवूं शकत असल्यामुळेंच, मानस-शक्तीनें (Will-power) अनेक प्रकारचे देहरोग अथवा देहविकृतावस्या पूर्णपणें गुणकारक कशा करतां येतात, हें साहजिकपणेंच आपल्या अनुभवाला येण्यासारखें आहे.

वेडसरपणा अथवा वेड हा जो प्रकृतीवर मनानें घडवून आणिलेला अद्भुत चमत्कार, तो निःसंदेहपणें कर्मविषयक (Objective mind) मनाचा प्रतिरोध असून, ती गोष्ट निर्विवादपणें अधिकरणनिष्ट (Subjective mind) मनाच्या प्रभुत्वाखीच असते. कारण, हें पुस्तक मानसिक तत्वविचाराचें नसून, फक्त व्यावहारिक अभ्यासापुरतेंच असल्यानें, येथें यापेक्षां अधिक गूढ अशा सिद्धांतांचा तत्ववाद कथन करीत बसण्याचें कारण नाहीं.

३४

मनोवर्तन.

(How the mind acts.)

मनोवर्तन म्हणजेच मानसिक क्रियाकरण होय. मनाची रचना व त्याचे धर्म कोणचे याचें विवेचन मागें दिलेंच आहे व त्याच्या दोन अवस्था कशा आणि कां मानण्याचा प्रघात पडला आहे याचीहि कारणपरंपरा तेथेंच स्पष्ट करून दाखविली असल्यानें, त्या बाबतींत आतां अधिक लिहिण्याचें कारणच नाहीं.

टेलिपॅथी–इन्स्ट्रक्टर.

त्याच विवेचनावरून व स्पष्टीकरणान्वयें मानसिक संदेश ही एक प्रकारची अधिकरणनिष्ट मनाचीच क्रिया असून, तिच्याबद्दलच आतां ती काय आहे व तिचें वर्तन कसें आणि कशामुळें फलप्रद होतें, याचीच माहिती आतां यापुढें करून देण्याचें उरलें आहे.

अधिकरणानिष्टत्वाच्या आधारावर ज्यांनीं म्हणून मनुष्य ही काय चीज आहे याचा अभ्यास केला आहे आणि ज्यांचे प्रशंसनीय शोध विचारार्ह असे मोठ्या सन्माननीयपणें मानिले जातात, ते असें प्रतिपादितात कीं, ज्या निसर्गाच्या साम्राज्याला आम्ही अधिकरणनिष्ट विश्व या नांवानें संबोधितों, तें–खरें पाहिलें असतां–आपणांला जें जग साधारणतः ज्ञेय असतें, तेंच होय आणि आपण ज्याप्रमाणें जडामध्यें वस्ती करतों, तद्वतच आपण–अक्षरशः खरें नसलें तरी–विश्वाच्याहि एका खात्यांत वस्ती करतों, असेंच त्यामुळें आपण मानितों.

भौतिक पातळीवर कल्पनेची भरारी ही, कोणच्याहि नैसर्गिक वेगापेक्षां अधिक द्रुत गतीची असते. ती जरी कल्पनातीत वेगमय आहे तरी तिची गुंतागुंतहि आपल्या साधारण कल्पनेच्या आटोक्या-च्या बाहेरची असते. उदाहरणार्थ असें पाहा कीं, आपण एखादा तप्त धातूंच्या पदार्थाचा तुकडा उचलून हातांत घेतला व हाताला त्याच्या उष्णतेचा चटका बसतांच तो जमीनीवर पटकन टाकून दिला. जें काय यांत घडलें तेंच वरील प्रतिपादनातलें बीजभूत तत्व होय. ज्या

आपल्या पंजानें आपण तो तप्त धातूचा पदार्थ प्रथम पकडला, त्या पंजांतील ज्ञानतंतूंनी ती हकीकत तत्काळ मेंदूरूप मध्यवर्ती कचेरींत अशी पोंचविली कीं, 'तो पदार्थ तुला जाळतो आहे,' व ती बातमी पोंचतांच मेंदूनेंहि तत्क्षणीं पंजाला असा उलट निरोप धाडिला कीं, 'त्या वस्तूची पकड सोड.' त्या हुकमाबरोबर पंजानें आपल्या पकडींतील तप्त धातूचा पदार्थ सोडला. ही हकीकत किती वेळांत झाली? बातमी गेली केव्हां? त्याचें उत्तर आलें केव्हां? आणि हुकमी उत्तराप्रमाणें कार्य झालें केव्हां? या वेळेची गणती 'नैमिषिक' या शब्दानेंहि जर करतां येणार नाहीं, तर इतर कोणच्याहि शब्दसाह्यानें करतां येणें शक्य नाहीं

पदार्थविज्ञानशास्त्राचा अभ्यास करणारे तो वेग कोणच्या गतीनें प्रवास करतो याचें माप जरी सांगूं शकले व तें माप जरी साधारण माणसाच्या मनाला पटणारें नसलें, तरी पण शास्त्रीय पद्धतीनें विचार करणाऱ्यांची गोष्ट तशी नसते.

पदार्थविज्ञानशास्त्रांत ज्यांनीं आपली गती बरीच पुढें करून घेतली असते, त्यांनाच–'कल्पना' अथवा 'विचार' यांची उत्पत्ति, गती व लय–यांच्या ठिकाणाची माहिती झालेली असते. कल्पना अथवा विचार यांचें जें उत्पत्तिस्थान–तें वस्त देहाच्या वरच्या पातळींत असतें–असें त्यांनींच सप्रमाण सिद्ध केलें आहे.

टेलिपॅथी—इन्स्ट्रक्टर.

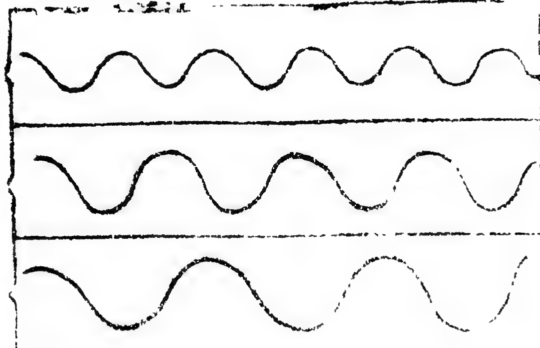
इच्छा, द्रूप आणि स्पर्श यांची गति समसमान असते. ज्ञान, विवेक आणि तर्क या तिन्ही गोष्टींच्या ऊर्मिमत्तेचा संच अतिसूक्ष्मा-नहि सूक्ष्म अशा अगदीं स्वतंत्र कक्षेंत असतो. बाह्य प्रदेशांतून म्हणजे आपल्या जड देहाच्या भोंवतालच्या आकाशमय प्रांतांतून आपल्याकडे ज्या अनेक प्रकारच्या लाटा धांवत येत असल्याचें आपल्या अनुभवाला जितक्या सत्यत्वानें पटतें, तितकीच सत्यता वरील संघांत असते व त्यामुळेंच आपणाला, त्यांचे आपल्यावर जे प्रभाव पडतात, त्यांच्या पद्धतींचें ज्ञान प्राप्त होतें.

वरील विचार कशा कशा तऱ्हेनें उद्भवतात आणि त्यांच्या गतींच्या पातळ्या व पद्धति कशा असतात, याची वाचकांना माहिती व्हावी म्हणूनच शेजारचें चित्र आम्ही जरी मुद्दाम दिलें आहे, तरी वाच-कांनी ही गोष्ट मुद्दाम लक्षांत ठेवावी कीं, त्यांपैकीं प्रत्येक गोष्टीचें स्वतंत्रपणें उत्तर देण्यांत, त्या सर्वांची एकमेकांत अत्यंत सोकपणें गुंता-गुंत झालेली असते.

स्पर्शज्ञान आणि विचारज्ञान यांबद्दल, या गोष्टी केवळ दैविक धर्मांच्या अद्भुत चमत्कृती आहेत असें मानणाऱ्यांना, संशयास्पद जरी वाटल्या, तरी त्यांचा संबंध ते मेन्दू आणि स्नायू यांच्या स्वभा-वजन्य गुणांपासून दूर करूं शकत नाहींत. जे म्हणून कांहीं असकर्ष असे अद्भुत चमत्कार पारलौकिक दृक्ष्यांत पडून आलेले पाहीक्ष

विचार-स्तरभूमि.

Planes of Thought.



(The wavy lines represent vibrations occurring at each level.)

वरील सर्पगतीच्या रेषा ह्या मानसिक लाटांच्या प्रतिवेळेच्या उत्पत्तिदर्शक समभूमि होत.

त्याच नेत्रशक्तीच्या किरणांकडून मानवाला मनोप्सित कार्य करून घेतां येतात. जगांतील प्रत्येक वस्तूवर याच नेत्राकर्षण–शक्तीचा सहज पाश फेंकला जाऊन तिला वश करून घेतां येतें. (The force or the intelligence) नेत्रशक्तीचा जोर अथवा तिचा ज्ञातेपणा हा विश्वविजयी आहे. त्याची आपल्याला ओळख करून घेतली पाहिजे. ' इच्छा तसें फळ ' अशी म्हण जी प्रचारांत आली आहे, त्यांतलें इंगित तरी हेंच आहे. आपण जें बोलूं तें खरें ठरण्याला, ह्या नेत्राकर्षण-शक्तीचीच प्रथम जोड तयार केली पाहिजे. ज्याला कशाची इच्छा नसते, त्याला काळजीचाहि गंध नसतो. ज्याला चिंता नाहीं त्याला पापहि शिवत नाहीं. त्याच्यापासून तें दूर पळून जातें. शांति आणि संतोष हे मुक्तीचे दोन मार्ग आहेत. ' पुनरपि जननं पुनरपि मरणम् ' हें टाळण्यासाठींच मुक्ती पाहिजे आहे, आणि ती प्राप्त करून घेणें हाच नरदेहाचा पुरुषार्थ आहे असें साधूंचें म्हणणें आहे. ' देव ठेविल तैसें राहावें ' असा दैववाद करण्यांत अर्थ नाहीं. परमेश्वरानें मनुष्य प्राण्यामध्यें इतर सर्व प्राण्यांपेक्षां जें बुद्धिश्रेष्ठत्व ठेवलें आहे, त्याचा अशा दैववादाच्या संभाषणानें विपर्यास होऊन, परमेश्वरी योजनाहि निष्फळ होते. यास्तव, कर्मयोगाचा अवलंब करून निराशेचा गळा दाबला पाहिजे. मानवी इच्छा अर्थात मनेच्छा जें मनांत आणील तें होऊं शकतें. साधु अथवा असाधुसंत अथवा ढोंगी, वीर अथवा षंढ,

घोर अथवा मित्रा, राव अथवा रंक, सुखी अथवा दुःखी, जें कांहीं होण्याची मानवी मन इच्छा करील तें तें प्राप्त करून घेऊं शकतें; मात्र धीर धरला पाहिजे. शांतीनें हें सर्व प्राप्त होतें व अधीरतेनें तें दूर पळून जात असतें.

मनुष्याच्या नेत्रांत नैसर्गिक प्रेमाचा सांठा भरलेला असतो, पण तो सर्वत्र एकसारख्या प्रमाणांत नसतो. क्रूर दृष्टींत प्रेम नसतें व प्रेमळ नजरेंत क्रौर्य नसतें असें नाहीं. तें सर्व इच्छामात्रेंकरून पाल-टतां येतें. कारण, प्रत्येक दृष्टींत सर्व मनोविकार गुप्तपणें सांठविलेले असतात. मानवाचे सर्व मनोविकार त्याच्या नजरेंत अभ्यासानें उत्तम तऱ्हेनें दृष्टोत्पत्तीस येतात. त्याचें अंतःकरण कसें आहे, याची साक्ष त्याची नजर पटवते. अशी ती अंतःकरण उघड करणारी दृष्टि हीच मानवी देहाच्या सर्वस्वाची गुरुकिल्ली आहे. तिची जोपासना करून तिची जसजशी शक्ति वाढवावी, तसतशी त्या नेत्राकर्षक शक्तीकडून हवीं तीं बिकट कार्यें साध्य करून घेतां येतात. आपल्या नेत्रांत कोणती व कशा प्रकारची शक्ति स्पष्ट करायला पाहिजे आहे, त्या मार्गाचें ज्ञान प्राप्त करून घेऊन, तिचें कोणत्या मार्गानें वर्धन करावें आणि तिचा कमी-जास्ती प्रमाणांत कोठें व कसा प्रभाव पाडावा, ही क्रिया हस्तगत झाली पाहिजे. यासाठीं आपली दृष्टि साधी, स्थिर आणि निर्दोष करण्याचा आपण प्रथम प्रयत्न केला पाहिजे. हा नेत्राकर्षणाचा अभ्यास कसा करावा हें आतां पाहूं.

३६

नेत्रतेज कसें वाढवावें ?

नेत्रांतील तेज वाढविण्याच्या अनेकानेक पद्धति आहेत. त्या सर्वांतील अत्यंत निर्दोष अशी पद्धत पुढीलप्रमाणें आहे:—

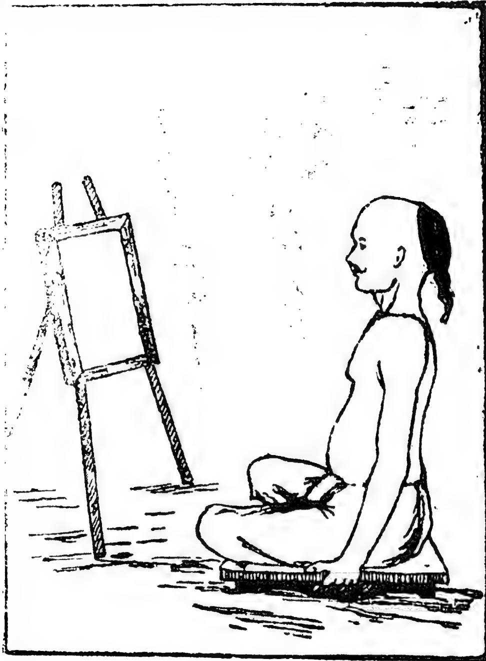
जाड सफेत कागदाचा सुमारें एक सहा इंच औरस चौरस तुकडा घेऊन त्याच्या मध्यावर एक काळ्या शाईचा वाटोळा लहानसा टिपका काढावा आणि तो कागद एका भिंतीवर चिकटवावा; नंतर त्या कागदापासून चार पांच फूट अंतरावर एक खुर्ची, पाट अथवा चौरंग ठेवून, त्यावर आपण स्वस्थांत:करणानें बिनताठरपणें बसावें. आसनावर बसल्यावर समोरच्या भिंतीवरील कागदावरच्या शाईच्या टिपक्याकडे एकाग्र दृष्टीनें पापण्या न हालवतां, प्रथम एक मिनिटपर्यंत एकसारखें बघत राहावें; नंतर तेथून पांचचार सेकंद दृष्टि काढून घेऊन पुन्हा एक मिनिटभर त्या टिपक्याकडे पूर्ववत् तटस्थ दृष्टीनें पहात रहावें. येणें प्रमाणें रोज नियमितपणानें अभ्यास करून एका मिनिटापासून पांच मिनिटांपर्यंत त्या टिपक्याकडे, पापण्या न हालवितां, एकाग्र दृष्टीनें बघण्याची संवय करावी.

याप्रमाणें अभ्यास केल्यास पापण्यांचें हालणें आपोआप बंद होत जाऊन नेत्रांचें तेज वाढत जातें. अशा तऱ्हेचीं पांच मिनिटेंपर्यंत एकाग्रदृष्टि करण्याची संवय झाली म्हणजे, आपल्या आसनाच्या व भिंतीवरील कागदाच्या मध्यें उजव्या बाजूला व डाव्या बाजूला अशा दोहींकडे दोन चिजा लोंबकळत बांधाव्या व आपण समोरच्या कागदा-

वरील काळ्या टिपक्याकडे पांच मिनिटें एकाग्रदृष्टिनें बघत राहून ती दृष्टी मान व मुख न हालवतां प्रथम उजवीकडे टांगून ठेवलेल्या वस्तूवर पांच मिनिटेंपर्यंत रोखावी. तो पांच मिनिटांचा वेळ संपल्यावर पुन्हां पूर्ववत् कागदावरील काळ्या टिपक्यावर पांच मिनिटें नजर रोखून, नंतर डावीकडे टांगलेल्या वस्तूवर मान व मुख न हालवितां, पांच मिनिटें रोखून धरावी व पुन्हां परत कागदावरच्या टिपक्यावर तिला वाळवावी व नंतर डावीकडच्या वस्तूवर पुन्हां पांच मिनिटें लावून तो अभ्यास पुरा करावा प्राणायामांत जसा पूरक, कुंभक व रेचकाचा प्रकार आहे तसाच हा दृष्टीच्या लोमाविलोमांचा एक प्रकार आहे. याप्रमाणें एक महिनाभर अभ्यास केल्यानें तुमच्या नेत्रांतील तेज वाढून तुमची दृष्टि स्थिर आणि वीस पंचवीस मिनिटें एकाग्रतेच्या दृढीकरणांत तयार होईल. अशा दृष्टीच्या माणसांनीं, क्रूर श्वापदांपासून अनेक प्रसंगीं आपला बचाव करून घेतल्याचे दाखले आहेत. त्या तशा प्रकारच्या नजरेंत एक प्रकारची कल्पनातीत मोहनी उत्पन्न झालेली असते व त्यामुळें दुष्ट मनाचीं माणसें अथवा क्रुर पशू जसे वश होतात, त्याच-प्रमाणें त्या दृष्टीपातानें आपण इच्छिलेली वस्तुहि आपण सहज प्राप्त करून घेऊं शकतो. मात्र तशी दृष्टी साध्य झाल्यास, तिचा दुरुपयोग केल्यानें तिच्यांतलें तेज नष्ट होईल, हें लक्षांत ठेवलें पाहिजे. दुरुपयोग म्हणजे, दुसऱ्याच्या स्त्रीवर मोहपाश टाकून तिला आपल्या अंकित करून घेण्यासारख्या भ्रष्ट व पापी गोष्टींत अशा पवित्र नजरेचा उपयोग करणें हा होय.

३७

आरशांत पाहून दृक्-शक्ति वाढविणें.



नेत्राकर्षणशक्ति वाढविण्याची रीति.

आपल्या समोर भिंतीला आरसा टांगून अथवा एखाद्या त्रिपाद-लांकडी घोड्यावर तो समोर ठेवून त्यापासून आपण तीन फूट दूर लांकडी आसनावर किंवा चौरंगावर उभें राहावें अथवा बसावें; नंतर सरळ दृष्टीनें आरशांतील आपल्या डोळ्यांच्या बाहुल्यांकडे बघण्याची प्रथम संवय करून, नंतर नांकाच्या शेंड्यावर आणि त्यामागून भुंवयांच्या मध्य भागांतील एका नेमक्या बिंदूवर दृष्टी लावण्याचा अभ्यास करावा. हा प्रयोग करीत असतांना, मागील प्रयोगांत सांगितलेल्या १ ते ५ मिनि-टांच्या व नंतर २० ते २५ मिनिटांच्या सूचनांप्रमाणें अभ्यास कर-ण्यास विसरूं नये. अशा प्रकारचे प्रयोग करीत असतां, नेहमीं नेत्रां-वरील पापण्या हलूं न देण्याची खबरदारी घेणें अवश्य आहे. अशा तऱ्हेनें अभ्यास केला असतां, सुमारें दोन महिन्यांत नेत्रांचें तेज वाढून त्याचा प्रभाव जनतेवर पडूं लागतो व कार्यसिद्धि होते.

वर सांगितलेल्या दोन्ही तऱ्हांपैकीं ज्याला जी पसंत पडेल ती तऱ्हा त्यानें ग्रहण करावी; परंतु नेत्रांची दृष्टी मात्र दोन्हींपैकीं कोण-त्याहि प्रकारांत स्थिर व अढळ ठेवण्याचा पुरा अभ्यास केला तरच यशःप्राप्ति होईल हें मात्र विसरूं नये.

वर सांगितलेल्या दोन रीतीव्यतिरिक्त तिसरीहि एक रीति आहे. त्या रीतींत आरसा अगर समोरच्या भिंतीवर कागदाचा तुकडा वगैरे कांहीं एक गोष्टींची जरूर लागत नाहीं. एका साध्या सफेत रंग

लावलेल्या भिंतीपासून तीन ते सहा फूट दूर बसावें. प्रयोग करायला बसण्याच्या पूर्वी त्या भिंतीच्या चारी बाजूंच्या कडांवर चार व सर्वांच्या मध्यबिंदुवर एक असें पांच काळे टिपके द्यावे आणि नंतर समोरच्या टिपक्यावर, त्यानंतर उजव्या हाताच्या टिपक्यावर, त्यानंतर पुन्हां समोरच्या टिपक्यावर, त्यामागून डाव्या हाताच्या बाजूच्या टिपक्यावर पुन्हां समोरच्या टिपक्यावर, त्यानंतर खालच्या बाजूच्या टिपक्यावर व सरते शेवटीं पुन्हां समोरच्या टिपक्यावर एकाग्र अंतःकरणानें व एकाग्र दृष्टीनें एकांतांत रोज तीस पसतीस मिनिटें जरी अभ्यास केला, तरी तो दोन महिन्यांच्या अंतीं फलद्रुप झाल्याशिवाय राहणार नाहीं. क्रोध व गर्व सोडून ब्रह्मचर्याचें सार्थ परिपालन केल्यास फारच उत्तम फलप्राप्ती होते.

आतां याच बाबतींत आणखी एक प्रयोग सांगतों. ज्या ठिकाणीं कोणच्याहि प्रकारच्या घाणेरड्या वस्तु किंवा दुर्गंध नसेल आणि जेथें आपलें मन सुप्रसन्न राहील अशा एकांतांतील साडे दहा हात लांबीची आणि साडे पांच हात रुंदीची लांबट चौकोनी खोली करावी. तिला तिच्या मधोमध दक्षिणाभिमुख व उत्तराभिमुख असे दोन्ही बाजूंना दोन प्रत्येकीं तीन हात उंचीचे लावण्या उघडण्याचे दरवाजे असावेत. खोलीच्या भूपृष्ठभागाला रोज प्रातःकाळीं गोमयानें सारवण देऊन ती स्वच्छ झाडावी. चारी भिंती निळ्या रंगानें रंगविलेल्या असाव्या आणि छताची बाजू तपकिरी अथवा कृष्णवर्ण रंगानें रंगविलेली असावी.

या प्रयोगाकरितां आपल्याच प्रमाणें, दुसऱ्या एकानें आरशांत आपल्या बाहुलीकडे अथवा नांकाच्या शेंड्यावर किंवा भ्रमध्यावर आपली दृष्टी एकाग्र करण्याचा अभ्यास केलेल्या व मित्र म्हणण्यास योग्य अशा सात्त्विक वृत्तीच्या स्त्री अथवा पुरुषस्नेहाची आवश्यकता असते.

मनाची इच्छा होईल त्या वेळीं हा प्रयोग जरी करतां येतो, तरी ती गोष्ट, हा प्रयोग हस्तगत झाल्यानंतरची आहे. प्रारंभीं वर सांगितलेल्या प्रकारच्या दोघां माणसांनीं प्रयोगासिद्धतेसाठीं तयार केलेल्या उपरिनिर्दिष्ट प्रकारच्या खोलींत जाऊन बसावें व तेथें पूर्वबाजूच्या भिंतीशीं एक स्वच्छ प्रकाश पाडणारा दिवा अशा प्रकारचा लावावा कीं, त्याचा प्रकाश फक्त पश्चिमेकडील भिंतीवरच पडेल. त्या भिंतीवर तांबड्या अथवा पांढऱ्या रंगाचा अकबरी मोहोरेच्या आकाराचा एक वाटोळा गरगरीत अथवा चौकोनी टिपका जो आधींच काढलेला असतो, त्या टिपक्यावर, त्या खोलींत जाऊन दोन्हीकडची दारें बंद करून, एकाच्या पाठीकडे दुसऱ्यानें आपलें तोंड करून बसलेल्या दोघांनीं एकसमयावच्छेदेंकरून आपली दृष्टी लावावी. पश्चिमाभिमुख अशीं दोघांचीं तोंडें अशा प्रकारें झालीं असतां भिंतीकडच्या पहिल्या माणसानें आपलें आसन जें धरलें असेल त्यापेक्षां त्याच्या मागच्या माणसानें आपलें आसन जरा उंचीवर स्थापन करावें. दोघांच्या आसनांतलें उंचीचें प्रमाण एक वितीहून अधीक नसावें. पूर्वेकडे ठेविलेल्या दिव्याचा

प्रकाश अर्थात त्या दोहोंच्या पार्श्वभागीं असून तोंडाकडच्या भिंतीवर पडलेला असतो व त्यामुळें त्या भिंतीवर असलेला टिपका या दोघांना स्पष्टपणें दिसत असतो.

प्रयोग करायला सुरूवात करण्याच्या आधीं दोघांपैकीं प्रथम कोणी कोणाला संदेश धाडायचा तें प्रथम ठरवून ठेवावें. उच्चासनाधिस्थानें काय किंवा नीचासनाधिस्थानें काय, कोणीहि प्रथम सुरुवात केली तरी चालते; पण ती गोष्ट अगाऊ ठरवून ठेवलेली असावी.

खोलीचीं दोन्ही दारें आंतून लावून घेऊन, बाहेरच्या बाजूला कोणच्याहि तऱ्हेचा गलबला अथवा मानसिक त्रास होऊन लक्ष्य चळेल असा कांहीं प्रकार नसल्याची खात्री झाल्यावर, प्रयोगाला सुरुवात करावी. भिंतीवरील डागाकडे प्रथम दोघांनीं आपापल्या मनांत, घड्याळाच्या लंबकाच्या 'टक्-टक्' आवाजाच्या गतीबरहुकूम—एक —दोन—या प्रमाणें कमींत कमी दोनशें पासून तीनशें पर्यंत अंक मोजून होईतों, आपली दृष्टी कायम ठेवावी आणि नंतर, अगाऊ ठरवून ठेविल्याप्रमाणें, ज्यानें प्रथम मानसिक संदेश द्यायचा असेल त्यानें तो देण्यास ताबडतोब त्याच दृष्टीच्या ध्यानांत सुरुवात करावी. संदेश लांबलचक नसावा. तो नेहेमी तारेच्या भाषेंतल्या सारखा थोडक्यांत पुष्कळ अर्थ समजविणारा असावा. संदेश जास्तींत जास्त साठ अंकापेक्षां अधीक वेळाचा कधींहि देऊं नये. संदेश घेणारानें त्याचें उत्तर

संदेश पोंचताच देणें असेल तर द्यावें अथवा एक मिनिट विश्रांति घेऊन द्यावें. संदेश देणारा व घेणारा या दोघांनीं आपापल्या आसनावर केव्हांहि कष्टमय अशा ताठरावस्थेंत बसूं नये. सर्व गात्रें ढीलीं असावींत. मात्र प्रयोग करण्यास बसण्याचे वेळीं पद्मासनावांचून इतर कोणचेंहि मांडीचें आसनाचा उपयोग करूं नये.

आसन लांकडी पाट, चौरंग अथवा खुर्ची, कोच वगैरे असलें तरी चालतें; परंतु तें लांकडी असणेंच आवश्यक आहे. प्रयोग सिद्ध करतेवेळीं लांकडी आसनावर—दर्भासन, रेशीमासन अथवा ऊर्णासन म्हणजे निव्वळ लोंकरीचें अथवा वाघाच्या केंसांसह कातड्याचें असणें आवश्यक आहे. हरिणाचें केव्हांहि नसावें. बकऱ्याच्या लोंकरीचें, त्यांत कापसाच्या सुताचा अंशहि नसेल असें असल्यास हरकत नाहीं. बकऱ्याच्या केंसाळ कांतड्याचेंहि चालतें. अगांत कोणचाहि कपडा घालून प्रयोग सिद्ध करण्यास बसूं नये. नेसायचें धोतर अथवा लंगोट किंवा विजार स्वच्छ धुतलेली व दांडीवर वाळत घातलेलें धुवट धोतर किंवा लंगोटी नेसलेलीं असावींत. खोलींत उदबत्ती किंवा इतर सुगंधि वस्तूंचा उपयोग करूं नये. ताजी सुवासिक फुलें पार्श्वभागीं तबकांत अगर परडींत भरून ठेवलेलीं चांगलीं.

सूर्योदयानंतर कांहीं वेळानें अथवा सूर्योदयाच्या प्रारंभीच्या अरुणोदयाच्या वेळीं स्नानादिकांनीं शुचिर्भूत होऊन या प्रयोगाचा रोज

अभ्यास करावा. या दोन्ही वेळीं अभ्यास करण्यास सवड नसल्यास, मध्यान्ह रात्र उलटतांच स्नानादि शुचिर्भूतावस्थेनें प्रारंभ करावा. एकाग्र मनानें जर हा अभ्यास वीस ते तीस दिवस, मध्यें खंड न पडतां केला, तर प्रयोग सिद्ध होतो.

प्रयोग सिद्ध झाल्याचें प्रत्यंतर दोघांनाहि हलकें हलकें येऊं लागतें. प्रत्यंतर खरें येतें आहे किंवा कसें, याची प्रचीती बघण्यासाठीं पंधरा दिवस एकसारखा अभ्यास झाल्यावर सोळाव्या दिवसापासून, दोघांनीं आपापल्या जवळ कागद व पेन्सिल कोणच्याहि अवस्थेंत ठेवण्यास विसरूं नये. मानसोद्भव अशा सर्व विवक्षित व आपेक्षित कल्पना दोघांनींहि आपापल्या जवळील कागदांवर टिपून ठेवाव्या आणि त्यांची परस्परांनीं सतराव्या दिवशीं ताळेवारी प्रथम पाहून नंतर रोजच्या अभ्यासाला सुरुवात करावी. प्रथम दिवशीं ज्या वेळेला आपल्या सोईस्कर अशा वेळीं अभ्यास करण्यास सुरुवात केली असेल, त्याच वेळीं पुढें दररोज—प्रयोगसिद्धतेची वर जी अवधि सांगितली आहे, त्या वेळेपर्यंत प्रयोग केला पाहिजे. ठरावीक वेळ बदलण्यानें प्रयोग सिद्ध होत नाहीं.

पारस्परिक मनोद्भूत कल्पनांचे ताळे जमूं लागले म्हणजे प्रयोग सिद्ध होत चालल्याचें प्रत्ययाला येऊं लागतें. नंतर दोघांनीं एकत्र प्रयोगाला न बसतां, शांत अशा जंगलांत जाऊन, एकमेकांपासून कोस अर्ध

कोसांच्या अंतरावर एखाद्या वृक्षाखालीं किंवा कडेपठारावरील गुहेंत अथवा कपारींत—म्हणजे निर्जनस्थानीं जाऊन डोळे मिटून स्वस्थांत:करणानें एकाग्र अशी मनेप्सित अंतर्दृष्टी अथवा नासाग्रदृष्टीप्रमाणें हवीतर भ्रूमध्य दृष्टी: करून बसावें आणि आगाऊ ठरविल्याप्रमाणें संदेशप्रक्षेपणाची सुरुवात करावी. एक आठवड्याभर असा अभ्यास केल्यास, त्या दोघांना हव्या तितक्या अंतरावरून परस्परांत संदेशाची देवघेव करतां येत. मात्र या गोष्टीसंबंधानें आगाऊ नेहमींची अशी रोजची कोणची तरी एकच वेळ ठरवून ठेवलेली असून, त्या वेळीं अंतर्बाह्य शुद्धावस्था ठेवण्याची जरूरी असते.

ह्या प्रयोगाचा अभ्यास करीत असतांना, प्रथम आपली दृष्टि विघडल्यासारखें वाटतें व डोकें दुखूं लागतें, हें खरें आहे; पण तो खरेपणा खोटा असतो. आपण अज्ञानाला उडवून ज्ञानाच्या प्रदेशांत आपला शिरकाव करून घेतांना जसा भास होतो, तद्वतच तें आहे. '**चणे खावे लोखंडाचे तेव्हां ब्रह्मपदीं नाचे**' या वाक्याच्या अनुरोधानें उत्तम वस्तूच्या प्राप्तीच्या मार्गांत विघ्नें यायचींच, हें तत्त्व लक्षांत ठेवून, वरील अभ्यास करीत असतांना डोळ्यांच्या शिरा संतप्त होऊन जरी त्रास झाला, तरी जितका उन्हाळा अधिक तितका थंडगार करणारा वर्षाकाळहि जबर असतो; याच तत्वाप्रमाणें, तापानंतरच शान्ति असते, हें तत्त्व लक्षांत ठेवून त्रासानें अभ्यास सोडूं

नये. डोळे दुखतात या सबबीवर जर अर्धवट अभ्यास सोडला, तर डोळेहि नेहमीं अर्धवट दुखण्याच स्थितींत राहतील आणि जन्माचे दुःखी व्हाल. म्हणून प्रथम दृढ विचार करूनच या नादांत पडा आणि अर्धवट अभ्यास करून जन्माचे दुःखी न होतां, पुरा अभ्यास करून जन्माचे सुखी व्हा.

डोळे अथवा डोकें हीं दुखूं लागलीं असतां, आपण आपली दृष्टि ज्या बिंदूवर कायम रोखलेली असेल, तो बिंदु—उदाहरणार्थ, नांकाचा शेंडा, भुवयांचा मध्य अथवा भिंतीवरील टिपका यांपैकीं जो कोणचा असेल तो दृढ मनानें मनांत स्थापन करून डोळे घट्ट मिटून धरावे आणि जोंपर्यंत त्या बिंदूवरून आपली अंतर्दृष्टि फिरली नाहीं तोंपर्यंत स्वस्थ शांततेंत बसावें, म्हणजे डोळे अथवा कपाळ दुखणें थांबेल. येथें इच्छा—शक्तीचा (Mental current) अंतर्भाव मिटलेल्या दृष्टींत होतो व ‘ आतां माझे डोळे दुखायचे अथवा डोकें ठणकायचें राहिल ’ या भावनेनें त्या व्याधि आपल्या हृदयांतून औषधोपचारावांचून आपोआपच अस्तंगत होतात. ही एक (Mental suggestion) मस्तिष्कगत सूचनाच असते.

याप्रमाणें जो कोणी अभ्यास करील, त्याला त्याच्या दृक्-शक्तीची पुरी अटकळ होऊन, तो तिची एकांतांत—परीक्षा घेऊं लागला असतां, तिच्यांत केवढें अद्‌भुत सामर्थ्य भरलेलें आहे व

त्यापैकीं त्याच्यापाशीं किती आलेलें आहे, याबद्दल त्याची खात्री होईल. इतकेंच नव्हे, तर तें त्याच्या दृष्टींत उत्पन्न झालेलें सामर्थ्य, तो आपल्या इच्छेनुरूप हवें तसें वापरूं शकेल व त्याबद्दल त्याचा त्यालाच विश्वास पटेल.

याप्रमाणें नेत्रांच्या शक्तीची एथपर्यंत थोडक्यांत पण सविस्तर आणि सोप्या प्रयोग-पद्धतीनें माहिती सांगितली. हें नेत्रतेज उत्पन्न करून घेतल्याशिवाय, याच्या पुढचा शद्बोच्चाराचा प्रयोग कोणीहि हस्तगत करून घेण्याचा प्रथम प्रयत्न करूं नये. कारण, नेत्रतेजाचें व शब्दोचाराचें मोठें चमत्कारिक नातें आहे. नेत्रतेज उत्पन्न झालेलें नसेल, तर शद्बोच्चाराचा कांहींच प्रभाव पडत नाहीं. याला उदाहरणः—जगांत विद्युल्लता नाही असें नाहीं; पण मेघांचा जमाव आकाशांत झाला व त्याला वाऱ्याचे धक्के बसूं लागले म्हणजे जशी विद्युल्लता आपला चकचकाट दृग्गोचर करते, तद्वतच हें आहे. आतां शद्बोच्चाररहस्य काय व कसें असतें याचा विचार करूं.

३८

मानवी भाषण.

मानवी भाषणाच्या उच्चारांत एक प्रकारची आकर्षण-शक्ति भरलेली असते. व्याघ्रसिंहासारखे क्रूर व विक्राळ प्राणी मानवी भाषणोद्वारानें वश केले जातात. हें प्रसिद्धच आहे. त्याचप्रमाणें सूचना अथवा

टेलिपॅथी–इन्स्ट्रक्टर.

खुणा यांनींहि तसले रक्तलालसी प्राणी मनुष्यापुढें अगदीं गोगलगाय बनून राहतात, इतका त्याच्या शब्दोच्चारांत किंवा खुणांत अथवा सूचनांत प्रभाव आहे. मानवी भाषा जरी मुख्यत्वें तीन प्रकारच्या म्हणजे बोलण्याची, लिहिण्याची व खुणांची अशा व्याकरणकार मानितात, तरी आमच्या मतें लिहिण्याची भाषा ही तरी एक प्रकारच्या स्वरव्यंजनांच्या मिश्रणाच्या ठराविक खुणांचीच ठरविलेली भाषा असल्यामुळें, आम्हीं भाषेचे खरे दोनच प्रकार मानतों. जनावरांना समजतील अशा या दोनच भाषा होत. म्हणून, खुणांची आणि उच्चारांची अशी दोन्ही भाषा जनावरांच्या वशीकरणांत वापरल्या जातात व मानवी वशीकरणाला सर्व तऱ्हेच्या वापरण्यांत येतात. क्रूर वनचरांवर भाषाप्रयोग खुणांच्या सूचनांसह संमिश्रित करावा लागतो. मंत्र, तंत्र, भारणी, वाद्यनाद आणि गायन या गोष्टींचाहि समावेश यांतच होतो. या सर्व गोष्टी भूतलावरील सर्व भाषांतून भरलेल्या आहेत. गायनाच्या व वादनाच्या सुरेल नादलहरींचा अथवा नागसुरासारख्या मंजुळ वाद्याचा प्रभाव, प्रमत्त हत्ती आणि क्रोधवश नाग यांवर अनुक्रमें पडतो. हीच स्थिति मानवाच्या भाषाचातुर्यात गुंफलेली असते; पण ती समजावून घेतली पाहिजे. एकाच सरळ आवाजांत जर मनुष्य बोलूं लागेल, तर तें कर्णकटु होऊन, त्याची कोणावरहि छाप बसणार नाहीं. यास्तव, बोलण्यांत गाण्यांतल्याप्रमाणें उच्च, नीच, मध्यम असे आवाज व

गंभीरपणा असला पाहिजे. म्हणजे त्याच्या नादलहरींचें तेज ऐकणारावर पडतें. रंगभूमीवरील नट ज्याप्रमाणें नाटकांत हावभाव करून उच्च, नीच, मध्यम स्वरांत बोलून व गाऊन प्रेक्षकांवर आपल्या–भाषण–हाव-भाव आणि यांचा मुद्रा परिणाम करतात–त्यांस मोहून टाकतात, ती कला स्वीकारण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. संताप, शोक, हास्य, करुणा, वीर, अद्भुत, शांत वगैरे आपल्या भाषणांतील रस, जर आपल्याला वठवावयाचे असतील तर त्यांत आपण तद्रूप झाल्याशिवाय ते वठणें कठिण असतें. तद्रूप होणें म्हणजेच समरस बनणें. यालाच समाधी लावणें असेंहि म्हणतां येतें. समाधी लावणें ही गोष्ट आमच्या या शास्त्रांतील मुख्य गोष्ट आहे.

अशीच गोष्ट खुणा (Suggestion) संबंधाची आहे. मुक्या माणसाप्रमाणें बोलका मनुष्य मौन धारण करून आपल्या मनांतील उद्देश ज्या तऱ्हेच्या खुणा करून दुसऱ्याला आपलें मनोगत समजावतो, त्यालाच खुणांची अथवा सांकेतिक भाषा असें व्याकरणकार म्हणतात. या खुणा करण्याचे जरी अनेक प्रकार आहेत, तरी त्यांमध्यें जे मुख्य चार प्रकार आहेत ते येणें प्रमाणें:—[१] साधी सूचना [२] मानसिक सूचना (Mental suggestion) [३] सूचनेनें सूचना करणारानें आपणां स्वतःलाच करण्याची सूचना (Auto

suggestion*), [४] निद्रितावस्थेंत असलेल्या माणसाच्या मेंदूंत प्रेरणा करण्याची सूचना (Post Hypnotic suggestion).

साधी शाब्दिक सूचना म्हणजे–आजारी माणसाला हुशारी येण्यासारखें उत्तेजनपर मित भाषण करणें, किंवा दुसऱ्याशीं भाषण करतांना त्याचें मन न दुखवलें जातां, तें उत्तेजन पावेल, असें भाषण करणें. हा जी हा जीनें कांहीं माणणें वश होतात हें खरें; पण तो दुर्गुण असाल्यामुळें, या शास्त्रांत त्याला थारा मिळत नाहीं.

मानसिक सूचना ही स्वतःच्या फारच उपयोगाची असते. तिचा प्रत्येक गोष्टींत उपयोग होतो. ज्या एखाद्या कडक स्वभावाच्या माणसाशीं सख्य करायचें असेल अशावर तर ही तऱ्हा फारच बेमालूम काम करते. यांत एकांतांत आत्मविचार (Meditation) करीत बसावें लागतें. भाषणांतहि त्याचप्रमाणें खुणांचा उपयोग करावा लागतो.

स्वतःच्या देहावर ज्या सूचनांचा उपयोग, केला जातो, तसाच हुबेहुब या तिसऱ्या प्रकारच्या सूचनांचा उपयोग निद्रिस्त माणसावरहि केला जातो. या प्रकारच्या सूचनेने दुसऱ्याचे रोगहि बरे केले जातात.

---

* ह्या सर्वोपयोगी व उपयुक्त विषयासंबंधीं आम्ही लौकरच जे एक स्वतंत्र सचित्र **आटो-सजेशन–इन्स्ट्रक्टर** या नांवाचें पुस्तक मराठींत प्रसिद्ध करणार आहोंत, तें चांगलेंच साहाय्यकारी होणार आहे.

याला इंग्रजींत (Healing suggestion) म्हणजे दुसऱ्याच्या देहाच्या ज्या भागावर दुखणें झालें आहे, त्याच स्वतःच्या देहाच्या भागावर तसलें दुखणें झालें आहे अशी कल्पना करून, त्या आपल्या भागावर सूचना करण्यानें दुसऱ्याचे रोग बरे केले जातात. एखाद्या शांत, निर्मळ आणि शुचिर्भूत अशा जागीं एकांतांत त्या दुखणेंकऱ्याला बसवून अथवा अंथरुणावर निजवून आपण त्याच्या पुढें बसावें. त्याचें दुखणें काय असेल, तें स्वतां नीटपणें आपल्या नेत्रांनीं पाहावें आणि नंतर त्याच्या देहाच्या ज्या भागांत जें दुखणें झालें असेल, तेंच स्वतांच्या देहावरच्या त्याच भागांत झालें आहे असें मनांत कल्पून, आपलें डोळे मिटावे आणि नंतर आपली अंतर्दृष्टि त्या आजाराच्या भागावर फेंकून, आत्मविश्वासानें त्या दुखणाईत भागांतून त्या दुखण्याला 'चल ताबडतोब निघून जा,' असा मानसिक हुकूम द्यावा. इतका आपण मानसिक अंतर्ज्ञानाचा हुकूम सोडल्याबरोबर दुखणाइताच्या पुढून कोणची तरी विजेसारख्या गतीनें एखादी मूर्ति गेल्याचा दुखणाईताला भास होतो. हुकूम एकदांच करून भागत नाहीं. दहापासून शंभर वेळांपर्यंत रोगाच्या कमी अधिक मानानें हुकूम करावे लागतात. असे हुकूम सुटूं लागले म्हणजे, रोग्याचा रोग कमी कमी प्रमाणांत होत जाऊन, अखेर तो साफ बरा होतो. हें कशानें होतें ? शब्दोच्चारांतील गंभीरपणाच्या वर्णोच्चारांच्या लहरींनीं हा सर्व प्रकार होतो. साधुसंत वगैरे

हात फिरविण्यानें, दृष्टीपातानें, अंगाऱ्यानें अथवा शद्बोच्चारानें रोग बरे करतात असें जें आपण पाहातों व ऐकतों, त्यांतलें रहस्य हेंच आहे. त्यांचें वर्तन जसें शुद्ध असतें, तसें आपलेंहि—मागें स्पष्टीकरण केल्या-प्रमाणें—असेल, तर आपणहि तशा प्रकारें लोकांचे रोग बरे करूं शकूं. हें यावरून सिद्ध होतें. अशाच तऱ्हेनें निद्रिस्त माणसाच्याहि मेंदूवर प्रयोग करतां येतात.

समजा कीं, एक मनुष्य पुण्यास आहे व त्याचें मुंबईस असलेल्या एका माणसाशीं वांकडे आहे. त्या दोघांपैकीं एकाची इच्छा दुसऱ्याशीं सख्य व्हावें अशी आहे. तर त्या कामी आपण कोणता प्रयोग करणें श्रेयस्कर आहे ?

समजा कीं, पुण्याच्या माणसाला हा प्रयोग करतां येतो आहे, तर तो काय करील ? प्रथम तो आपल्या एकांतांतल्या अशा शांततेच्या खोलींत रात्रीं अकरा बारा वाजतां स्वस्थांतःकरणानें बसेल व प्राणायामाला सुरुवात करील. प्रथम कांहीं वेळ गायत्री मंत्रांतील सूर्योपासनेचा प्राणायामविधि उरकील आणि मग पूरकद्वारें श्वास खेंचतांना सख्यत्वाच्या वाक्याचा गायत्री मंत्राच्या ऐवजीं मनांत उच्चार करून, त्याचा पूर्णकुंभक करून, रेंचकानें असा हुकूम सोडील कीं, 'जा, इच्छित कार्य कर' अशा पद्धतीनें त्या वेळीं मुंबईस निद्रिस्त असलेल्या माणसाच्या मेंदूवर त्या हुकुमाच्या वर्णलहरींचा परिणाम

तात्कालिक होऊन, त्याला स्वप्नसृष्टींत वावरावें लागेल. याप्रमाणें रोज हा प्रयोग एक आठवडाभर, 'वर सांगितल्या वेळी केल्यावर,' ती वेळ बदलून, पाहटच्या तीन ते चार वाजण्याच्या दरम्यान एक आठवडाभर तोच प्रयोग करावा. खात्रीनें इष्ट फलप्राप्ती होईल, वर्तन शुचिर्भूत असलें तरच या शास्त्रांत जयप्राप्ती होते हें सांगणें नकोच. इंग्रजींत ज्याला 'पोस्ट हिप्नॉटिक सजेशन' म्हणतात याच्या संबंधाची माहिती आमच्या मोहनीविद्या-शिक्षक म्हणजे मेस्मेरिझम इन्स्ट्रक्टर या पुस्तकांत पाहावी.

३९

मंत्र ह्मणजे काय?

मानवी विचारांचें प्रगटीकरण करण्यासाठीं जे सांकेतिक शब्द उच्चारले जातात, त्याच शब्दांत मंत्राचा अंतर्भाव झालेला असतो. अमुक वेळां अमुक बोललें असतां अमुक काम होतें, असें जें भाषेंत ठरलेलें असतें, तद्वतच निःशंक मनाचा (Subjective mind) साशंक मनावर (Objective mind) परिणाम होण्यासाठीं जी कांहीं बीजभूत शब्दरचना, निरनिराळ्या गोष्टी घडवून आणण्यासाठीं तयार केलेली असते, त्याला मंत्र म्हणतात, व तसलेच मंत्र मांत्रिक मोठ्या कुशलतेनें उच्चारून व्यवहारांत त्यांचा उपयोग करून घेतात. या अशा मांत्रिक शब्दांना इंग्रजींत (Symbol) असें म्हणतात.

मांत्रिकाच्या मानसिक शक्तीच्या विचारलहरी जशा कमी अधिक जोरांच्या असतील तसें त्याला त्याच्या कामांत हलकें हलकें अथवा त्वरित यश येतें.

४०

एक नूर आदमी और दस नूर कपडा.

निरनिराळ्या तऱ्हेचे कपडे वापरण्यांतहि एक प्रकारचें आकर्षण असूं शकतें. समाजामध्यें—मग तो कोणत्याहि धर्माचा कां असेना—सुंदर कपडे वापरणें हें ऐपत आणि हुद्दा यांवर अवलंबून असतें. धर्मगुरु, न्यायाधीश, वकील, राजा, राणी, प्रधान, सावकार, सैनिक, पट्टेवाला, भामट्या, रामोशी, चोर, झाडु, नाटकी, सभ्यगृहस्थ, भिक्षुक, संन्यासी वगैरे अनेक दर्जाचे लोक आपापल्या दर्जाप्रमाणें पेहेराव करतात व त्या पेहेरावांत त्या त्या योग्यतेचें आकर्षण असतें. गुप्त पोलिस नाना प्रकारच्या वेषांतराच्याच साह्यानें गुन्हे पकडून गुन्हे करणाऱ्या व्यक्तिचें गुन्हे प्रकाशांत आणतांना आपण नेहमीं पाहतों. सुंदर आणि भपकेबाज पोशाखाची छाप जशी दुसऱ्याच्या मनावर बसते, तशीच अगदीं साध्या पोशाखाचीहि छाप बसते. एकाग्रता (Consentration) ही जशी मानसिक असते, तशीच पेहेरावाचीहि असते. एकाग्रतेसाठीं साधुसंत जसे समाधि लावतात,

असेच साधक लोक आपल्या कार्यसिध्यर्थ पोषाखाची एकाग्रता करतात. याशिवाय कार्यसाधूनें खालीं दिलेल्या तीन गोष्टी मुख्यत्वें ध्यानांत ठेविल्या पाहिजेत.

१. आपल्या शरीरांतले स्नायु हे नेहमी व्यवहारांत जरी उपयोगांत येत असले, तरी त्यांच्या व्यवहारांनां एकाग्रतेनें आपल्या ताब्यांत ठेविले पाहिजेत.

२. आपले शरीर आणि आपले विचार यांना आपल्या काबूंत ठेवून, आपल्या इच्छेप्रमाणें त्यांचा उपयोग करून घेण्याचा परिपाठ ठेवावा. त्याचा स्वैरपणा आपल्या काबूंतून जाऊं देऊं नये.

३. कोणच्याहि गोष्टीसंबंधानें उतावळीनें विचार करून आपलें मत प्रगट न करतां, विचार करून काय सांगणें तें थोडक्यांत व बव्हर्थी सांगावें.

४१

स्वेच्छ स्नायूंचा ताबा.

(Controlling in voluntary muscular movement.)

एकाग्रता प्राप्त करून घेण्यासाठीं, प्रथम आपला विचार, आवाज आसमंताद्भागांतील अनिष्ट वस्तु दृष्टीआड करणें वगैरे गोष्टींची अवश्य काळजी घेतली पाहिजे. मनुष्याची इच्छाशक्ति कोणच्याहि प्रकारच्या

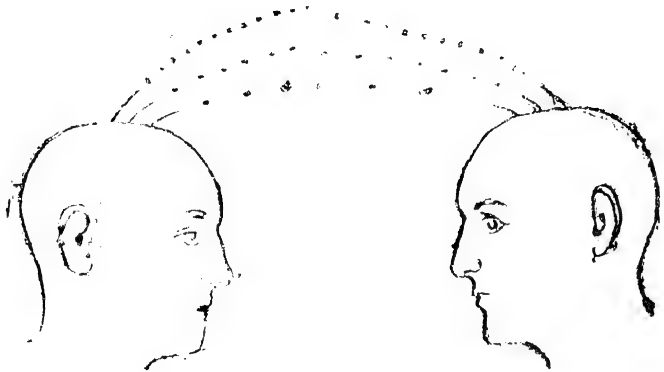
लहान अगर थोर वस्तूवर आपला ताबा ठेवूं शकते; पण विचारांचा वेग फारच जोरदार असतो म्हणून, आपण आपली इच्छाशक्तीहि तशाच प्रकारची (Will-power) बनविली पाहिजे. म्हणजेच आपल्या विचारांचा वेग आपल्याला आपल्या काबूंत ठेवतां येईल. मानवी मन हें नेहमींच अस्थिर (Wavering) असतें, आणि त्यामुळें एक विचार चिरकाल टिकत नाहीं. तो टिकवण्यासाठीं आपल्या इच्छाशक्तीची त्याच्यावर छाप बसवली पाहिजे. स्नायूंचीहि गोष्ट अशांतलीच आहे. त्यांना स्वैरगतीनें हालचाल करूं दिल्यास आपल्या एकाग्रतेंत विघ्न येऊन, समाधीचा भंग होतो आणि त्यामुळें विचारशक्तीच्या जोराला फांटा मिळतो. यास्तव एकाग्रतेंत प्रथम आपण आपल्या देहावर आपला मानासिक ताबा मिळविला म्हणजे तगंदभूत जे स्नायू त्यांच्यावरहि आपोआप ताबा बसला जातो. तो शारीरिक ताबा कसा प्राप्त करून घ्यावा, हें आतां सांगतों.

१. शांत चित्तानें बसणें (To sit still) ही अजब गोष्ट आहे. हें काम जरी फार अवघड आहे, तरी या शास्त्राचा जर आपल्याला मनापासून अभ्यास करायचा आहे, तर तसें बसण्याचा अभ्यास करणें हें आपलें आद्य कर्तव्य आहे. पाटावर स्वस्थतेंत प्रथमच एकाग्रतेनें बसण्याचा अभ्यास करण्याच्या आधीं तसें बसण्याचा अभ्यास होण्यास काय करावें तें आतां आधीं सांगतों. एखाद्या खुर्चीचेवर

एकांतांत आपलीं सर्व गात्रें शिथिल करून एकच कोणचा तरी विचार करीत पांच मिनिटें प्रथम पडावें. त्या स्थितींत देहांतल्या कोणच्याहि गात्राला ताण बसतां उपयोगी नाहीं, अगर स्फूर्तीहि येतां उपयोगी नाहीं. ही गोष्ट करणें पुस्तकांत वांचतांना यःकश्चित् अशी जरी वाटली, तरी कृतींत आणायला फार अवघड आहे, असें आढळून येईल. अशा तऱ्हेच्या अभ्यासाची पांचपासून पन्नास मिनिटांपर्यंतची मुदत वाढली म्हणजे तो माणूस एकाग्रतेंत विचार करण्याच्या व त्या विचारांप्रमाणें कृति करून, त्या विषयांत विजयी होण्याच्या लायकीचा झाला असें समजावें. अशा प्रकारचा अभ्यास, ज्याला जशा तऱ्हेनें साधेल, त्यानें तशा तऱ्हेनें करावा हा अभ्यास लांकडी पाटावर अथवा दर्भासनावर बसून केलेला चांगला. खुर्चीवर बसून अथवा ईझीचेअरमध्येंहि पडून हवा तर करावा. अंथरुणांत पडून केला तरी हरकत नाहीं. निद्रा ही यां अभ्यासांत मोठी घातुक व राक्षसी बाधा करणारी आहे. ती न येऊं देण्याबद्दल मात्र फार काळजी घेतली पाहिजे. नाहीं तर सर्वच "ऑफस् होईल.

२. खुर्ची, चौरंग, पाट अथवा आसन यांवर ताठ (Errect) बसावें आणि आपला एक हात खांद्याशीं समपातळींत येईल अशा तऱ्हेनें उचलावा; नंतर त्या हाताच्या ताठ बोटांतील मधल्या बोटाच्या शेंड्यावर आपली नजर मिळवावी. हात लवमात्रहि हलूं देऊं नये. एक

शब्दब्रह्मझंकार.



[पृष्ठ १०७

मिनिटपर्यंत दृष्टि खिळविणें झाल्यावर दुसरा हात त्या पहिल्या हाता-प्रमाणेंच ताठ करून, त्याच्या मधल्या बोटाच्या टोंकावर आपली नजर एक मिनिट खिळवावी. अशा तऱ्हेनें वारंवार केल्यानें जो कांहीं चमत्कार तुमच्या नजरेस पडेल, त्याचें वर्णन जर येथें दिलें, तर तुम्ही तो अभ्यास न करतांच तें वर्णन वाचून स्वस्थ बसाल; म्हणून तें येथें देत नाहीं. आयत्या श्रमरहित फायद्याची संवय चांगली नाहीं. श्रामिक फायदा भोगणेंच सर्वोत्कृष्ट होय. या हातांच्या कसरतीसारख्याच पाय, नाक, भुंवयांचा मध्य बिंदु, गुढघे वगैरे कसरतींचाहि अभ्यास करावा. त्यानें फारच मोठी फलप्राप्ति होईल.

३. सर्व दिवसरात्र याप्रमाणें आपलें शरीर शिथिलावस्थेंत ठेवण्याचा प्रयत्न करावा. देहाच्या कोणत्याहि भागावर ताण बसेल असे श्रम कधींच करूं नयेत. हें राजयोगाचें एक लक्षण आहे. हठयोग याच्या विरुद्ध दिशेचा आहे. जे दुर्गुण अंगीं जडले असतील, त्यांचा संवयीनें त्याग करावा. कारण, आत्मशक्ति कसदार व ओजस्वी करण्याच्या मार्गांतील तीं भयंकर विघ्नें असतात.

* * * ४२ * * *

मानस–संदेश.

(Telepathy Applied)

कोणचीहि अज्ञान गोष्ट, उदाहरणार्थ सादृश्याभावी चटकन ध्यानांत येत नाहीं, म्हणून **मानस–संदेश** या शास्त्राचें आतांपर्यंत

जरी प्रयोगदृष्ट्या चिकित्सापूर्वक विशद असें विवेचन केलें गेलें आहे, तरी आतां, ही गोष्ट स्पष्टपणें मनावर बिंबावी, एतदर्थ काच आणि बाजाच्या पेटीचा सूर यांच्या पारस्परिक संबंधाचें या बाबतीत तंतोतंत लागू पडणारें जें उदाहरण, त्याचें वाचकांच्या आणि शिक्षणेच्छूंच्या समाधानार्थ स्पष्टीकरण करतों.

नाद (Sound) हा वातावरणांतून हवेच्या लाटांच्या मदतीनें वाहवला जाऊन, तो अशा तऱ्हेनें कंपित केला जातो कीं, आपल्याला हव्या त्या इच्छित ध्वनीची सुरांच्या पेटींतील पट्टी दाबली असतां मनाप्रमाणें तो ऐकायला सांपडतो. अशा तऱ्हेनें उत्पन्न केलेल्या नादलहरी–(Sound–waves), तशाच तऱ्हेचा आवाज देणाऱ्या वाटेल त्या वस्तूंतून आवाज निघाला असतां, त्यांत मिसळून जातात व पेटीचा अथवा तंबोऱ्याचा किंवा इतर कोणच्याहि नादोत्पत्तिकारक हत्याराचा ध्वनि गवयाच्या नादांत, किंवा गवयाचा आवाज त्याच्या नादांत गुरफटला जाऊन, एकरूप बनतो, ही गोष्ट सर्वांच्या अनुभवाची आहेच. म्हणजे काय कीं, गवयाच्या कानांत जसा ध्वनि शिरेल तशाच प्रकारचा तो स्वमुखांतून काढून तद्रूप होण्याची जशी शक्ति मानवाच्या अंगीं असते, तद्वतच मनाच्या एकाग्रतेच्या समाधीयोगांतील मनोलहरींचे **मानस–संदेश** मानसाला आपलें मुख न उघडतां दुसऱ्याच्या मनोगत कल्पनालहरींच्या स्थानावर जाऊन भिडवितां येतात आणि त्या योगेंच ते तद्रूपता पावतात.

यालाच अनुसरून एखादी काच किंवा सतारीची तार यांची गोष्ट-हें उदाहरण सोपें करण्यास फार चांगली उपयोगीं पडतात. सतार, सारंगी, वीणा किंवा त्यांच्याच जातीचें कोणचेंहि तंतुवाद्य घेऊन, त्यावरील तारेचा झंकार केला असतां पियानोच्या किंवा फिडलच्या गर्भातून त्या झंकाराला सदृश असा उत्तरादाखल प्रतिझंकार आपल्याला उत्पन्न करतां येतो ही गोष्ट सर्वांच्या अनुभवाचीच आहे. काचेंतील उष्णता तिच्या खालीं ठेविली वस्तु आपल्यांत ओढून घेते हें सर्वांना माहीत आहेच.

मनाची गोष्ट अशीच आहे. मनोरूप वीणेच्या तारांच्या झंकाराच्या लहरी द्यौ (Ether) मधून वाहतात :ही गोष्ट अटकळीची कल्पनामय नसून, खरीच आहे, हें आतां उत्तम तऱ्हेनें सिद्ध झालेलें आहे, हें येथपर्यंतच्या मागील विवेचनावरून वाचकांच्या हृत्पटावर बिंबलेलेंच असलें पाहिजे. मन हें मानसिक कल्पनालहरींचें संचारक असून, तें कोणच्या ना कोणच्या तरी तऱ्हेनें, त्याच्यापासूनच मानस-संदेशाच्या नादलहरी उत्पन्न होत असल्याकारणानें, नादलहरींचा उपयोग करून घेण्याचें स्थान अथवा द्वार ठरतें.

समजा कीं, दोघां मानवांचीं मनःस्थानें एकमेकांपासून हव्या तितक्या दूर अंतरावर आहेत व तीं एकाच प्रकारचीं संदेशग्राहक अथवा संदेशप्रेक्षक बनलेलीं आहेत, तर आगाऊ ठरविलेल्या वेळीं जर स्वस्थळावरून एकमेकांना तीं संदेश धाडूं लागलीं, तर वीणा आणि सारंगी

यांप्रमाणें तीं एकरूपात्मक असल्यानें, वाद्यांच्या झंकारांप्रमाणेंच परस्परांत विलीन झालीं, तर त्यांत आश्चर्य तें कोणचें ? यांत आश्चर्य जर कांहीं असेल तर तें एवढेंच कीं, दूर अंतरावरच्या संदेशलहरींचें होय ! तंतुवाद्य हें मानवी कृत्रिमाचें जरी असलें, तरी मानसिक संदेशाप्रमणेंच त्याच्या द्वारें (Ether) द्यौमधून मानवाला संदेश धाडतां येतात, ही गोष्ट बिनतारेच्या तारायंत्रानें (Wireles Telegraphy) आतां निःसंदेह करून सोडली आहे.

त्यालाच अनुसरून, मनोमय कल्पनांच्या लहरी एकाच्या मानसांतून वाहूं लागल्या असतां, दुसऱ्याचें मन त्या ग्रहण करूं शकतें आणि त्यांची देवघेवहि याच न्यायानें होते. संदेश व त्याचें उत्तर यांच्या पारस्परिक गति कोणच्या तऱ्हेनें वातावरणांतून उलटसुलट धांवत असतात, त्याचें जें सोबत चित्र दिलें आहे त्यावरून वाचकांना त्याची स्पष्ट कल्पना जाणतां येईल.

आतां **मानस–संदेशांत** कोणकोणच्या गोष्टींकडे अवश्य ध्यान दिलें गेलें पाहिजे आणि प्रयोगकर्त्यांनीं स्वतः कोणच्या प्रकारें वागलें पाहिजे त्याचें स्पष्टीकरण आतां यापुढें करतों.

येथपर्यंत सांगितलेल्या पद्धतींपैकीं कोणच्याहि पद्धतीनें, जे कोणी **मानस–संदेशाचा** प्रयोग करूं इच्छित असतील त्यांनीं, म्हणजे जे संदेशप्रेक्षक (Projector or Sender) आणि संदेशग्राहक (Receiver of the message or Percipient) यांनीं स्वतःच्या

दैहिक स्नायूंची अथवा गात्रांची, प्रयोग करीत असल्या वेळीं, ताणाताण करण्याचें सोडून देऊन सहजावस्थेंत म्हणजे आपापलीं गात्रें शिथिल करून प्रयोग करण्यास सुरुवात केली, तरच मनेप्सित कार्य घडून येतें.

देहाची स्थिरता आणि पूर्ण एकान्त या गोष्टी जरी या प्रयोगांतील मूलभूत गोष्टी आहेत आणि भोळ्याभावानें कर्म करणें हें जरी अखेरीस नालायकीचेंच ठरतें, तरी कार्यांत जर सहृदयतेचा पूर्ण अभाव असेल, तर विजयोन्मुख होण्यास जबरदस्त आडकाठी येते. अशा प्रकारचा प्रयोग करूं इच्छिणाऱ्यांनीं स्वतःचें मन स्वतःच्या ताब्यांत पूर्णपणें ठेवण्याचा झटून प्रयत्न करावा आणि नास्तिकपणा, संशयीपणा, निंदकपणा आणि छच्छोरपणा यांचा सर्वस्वी त्याग करावा. यांतील सत्यान्वेषण करूं इच्छिणाऱ्यांनीं स्वतः आपणच ह्या शास्त्राचा शोध लावणारे आहोंत अशा भावनेनें, याचे प्रयोग करावे म्हणजे यशःप्राप्तीला उशीर लागत नाहीं आणि मनःकल्पित कार्य घडून येतें.

अशा प्रकारची आत्मवृत्ति धारण केल्यावरच दोघां परस्पर मित्रांनीं या मानस–संदेशाचे प्रयोग करण्यास शिकण्याचें व्रत स्वीकारून, मागें सांगितलेल्या पद्धतीनें आसनस्थ होऊन प्रयोग करण्यास सुरुवात करावी.

प्रयोग सुरूं करण्याच्या वेळीं प्रयोगकर्त्यांनीं आपल्या मनांतून त्वरा, संभ्रम, उतावीळपणा, काळजी व लाघव या विकारांना हद्दपार

केलेले असले पाहिजेत व त्यांच्या सभोंवतालचा प्रांत उद्वेगरहित शांततेचाच असेल तरच काय होतें.

* * * ४३ * * *

स्वेच्छेप्रमाणें अवयवांचा उपयोग करून घेणें.

(Controlling voluntary musculary movements by the will.)

खुर्चीवर बसून टेबलावर आपल्या पंजाची मूठ वळून ठेवावी आणि तिच्यावर आपली दृष्टी खिळवावी. कांहीं वेळानें मुठीचा अंगठा सोडावा व एकामागून एक अशीं सर्व बोटें बंधनरहित करावींत; पण प्रत्येक बोट सोडते वेळीं तुमची नजर मात्र त्या मुठीच्या बोटांच्या हालचालीवर फारच सुक्ष्मतेनें—जणूं काय ती बोटांची हालचाल म्हणजे कांहीं तरी विशिष्ट गोष्ट घडत आहे या भावनेनें—दृढतर अशी ठेवावी. याप्रमाणें डाव्या व उजव्या हातांच्या दोन्ही मुठींचा, एका मागून दुसरी, असा रोज पांच वेळ अभ्यास करण्याचा परिपाठ ठेवावा. हा अभ्यास करतांना जरी तुम्हांला कंटाळा आला, तरी त्याला बाजूला सारावा. कारण, या अभ्यासापासून तुम्हांला एकाग्रतेनें हव्या त्या वस्तूवर आपला दृष्टिपात मोठ्या जोरदारपणानें प्रक्षेपित करून, तिला आपल्या काबूंत सहज आणतां येते. हा अभ्यास करतांना जी एक गोष्ट मुख्यत्त्वें लक्षांत ठेविली पाहिजे ती ही कीं, आपली नजर बिलकूल चंचल होऊं

देतां उपयोगी नाहीं. नजर चंचल झाली कीं, या अभ्यासाच्या फायद्याला तुम्ही मुकालाच म्हणून समजावें.

४४

कोणत्याहि वस्तूवर आपला एकाग्र विचार कसा करावा ?

(How to consentrate our attention upon some material object?)

ज्या कोणत्याहि वस्तूचा आपणाशीं कोणत्याच प्रकारचा संबंध नाहीं अशा वस्तूवर आपण आपला विचार एकाग्र कसा करावा, तें तेथें आतां नमूद करतों. हातांत एक यःकश्चित वस्तु—टांचणी कां घ्याना ! टांचणी घेऊन एखाद्या शांत स्थळीं एकांतांत बसावें. नंतर ती टांचणी काय आहे ? कशाची बनवली आहे ? कोणी तयार केली आहे ? तिच्यापासून फायदे काय आहेत ? वगैरे टांचणीसंबंधाचे नानाप्रकारचे विचार करीत-तिच्यावर आपली एकाग्रदृष्टी खिळवून बसावें. दुनियेंत जणूं काय आपण आणि टांचणी या दोनच वस्तू काय त्या आहेत व सर्व जग शून्य आहे, अशीच आपली भावना त्या वेळीं झालेली असली पाहिजे. आयुष्यांतलें सर्वस्व जें कांहीं तें तुमची ती टांचणीच असून, इतर कोणचीहि वस्तु तिच्याशिवाय अस्तित्वांत नाहीं, असेंच तुम्हीं त्या वेळीं पक्कें मानिलें पाहिजे. ही गोष्ट अमलांत आणणें फार कठिण

आहे. तुमचें चंचल मन तुम्हांला त्यापासून परावृत्त करण्याचा वारं-वार मोह उत्पन्न करील व तुमच्या विचारांपासून तुम्हांला च्युत करण्यासाठीं तुमचें चंचल मन तुम्हांला दुसऱ्या विषयांवर खेंचून नेण्याचा जोरानें प्रयत्न करील; पण कांही झालें तरी दृढ विचारापासून तुम्ही आपल्या मनाला ढळूं देऊं नका. याप्रमाणें रोज एकांतांत एकाग्रतेनें कांहीं काळ विचार करण्याचा क्रम सुरू ठेवला, म्हणजे तुमची इच्छा-शक्ती (Will-power) स्वतःच दृढ होईल आणि तुम्ही भक्कम विचारांचा अखेरीस एक खजिनाच बनाल. या अभ्यासानें तुम्हांला सर्व प्रकारच्या काळज्या व मोह हीं सोडून जातील व तुम्ही दृढनिश्चयी बनाल. याच अभ्यासानें तुम्हांला इच्छित वस्तूंची प्राप्ति होईल. याच अभ्यासानें तुम्ही आपल्या विचार-शक्तीचे किरण हव्या त्या वस्तूवर सोडून तिला आपलीशी करून घेऊं शकाल.

* * * ४५ * * *

होकार आणि नाकार.

(Affirmations and Denials.)

मानस-शास्त्राचा अभ्यास करणारानें स्वतांची ज्ञानपरीक्षा करून विजय प्राप्त करून घेण्यासाठीं स्वतांच, स्वेच्छा-परिपूर्णतेसाठीं एखादें वाक्य तयार करून, तें इच्छा-शक्तीनें दृढ करावें. त्या वाक्या-वर स्वतःचें चित्त एकाग्र करावें म्हणजेच होकाराचा (Affirmations) विजय झाल्याचें दृष्टोत्पत्तीस येईल. स्वतः स्वतःतले दुर्गुण

काढून टाकणें यालाच नकार (Denial) म्हणतात. पुढें दिलेल्या एकवीस वाक्यांसंबंधीं एकाग्र मनानें तो स्वतःच्या हृदयांत दृढबद्ध करण्यानें (Consentration) फारच फायदा होतो.

१. माझें मन हें मालक नसून विचार ही माझी शक्ति आहे.

२. आकर्षण–शक्तीच्या अनुरोधानें मी वागत असून, मोठ्या शांततेंत स्वाभाविक ईश्वरी शक्ति मिळवीन.

३. मी परमेश्वरी शक्तीनें परिप्लुत असून, मी याच शक्तीचा अंश असल्यामुळें, माझें कोणीहि वांकडें करूं शकणार नाहीं.

४. मी ईश्वरसदृशच निर्माण झालेलों आहें.

५. मी अमरत्वाच्या तत्त्वाचाच एक अंश आहें.

६. मी ज्या ज्या वस्तूची इच्छा करीन. ती ती वस्तु मला खात्रीनें मिळेल.

७. सर्वजण माझ्यावर प्रेम करून मला मदत करतीलच.

८. माझ्यावर सर्वजण विश्वासून माझें म्हणणें कबूल करतीलच.

९. प्रत्येकाचें मन माझ्याकडे आकर्षिलेलें आहे.

१०. पुराव्याशिवाय मी कोणाचाहि दोष मानणार नाहीं आणि दोन्ही बाजूंच्या म्हणण्यावर विचार केल्या-शिवाय मी आपलें मत प्रगट करणार नाहीं.

११. प्रत्येक वस्तूसंबंधाचें अगदीं सूक्ष्म ज्ञान प्राप्त करून घेण्यांत मला मोठा आनंद वाटतो आणि म्हणूनच मी त्या दिशेनें प्रयत्न करतों.

१२. मी दृढनिश्चयी, पूर्ण विचारी आणि सशक्त आहे.

१३. मी उत्साहपूर्ण असून, जीवित-चैतन्यानें परिप्लुत असा आहें.

१४. मी पुऱ्या धारिष्टाचा असून, कोणालाहि व कशा-लाहि भीत नाहीं.

१५. मला कोणीहि फसवूं शकणार नाहीं; माझ्यावर कोणीहि दाव ठेवूं शकणार नाहीं; मला कोणीहि भेडावूं शकणार नाहीं व माझी कोणीहि थट्टा करूं शकणार नाहीं.

१६. मला जें सरळ आणि वाजवी दिसेल तेंच मी करणार !

१७. मी माझ्या कामांत जसा दंग असतों, तद्वतच प्रत्ये-कानें आपल्या कामांत दंग असावें, अशी माझी इच्छा आहे.

१८- मी जें कांहीं खातों, त्यापासून मला उत्तम शक्ति येऊन नव तारुण्य प्राप्त होतें.

१९. मी कधींहि रागावत नाहीं व प्रत्येक गोष्ट शांत चित्तानें करतों.

२०. मी प्रत्येक वस्तूच्या उत्तम भागाकडे लक्ष्य देऊन, नेहमी आनंदी असतों.

२१. प्रत्येकजण माझा मित्र आहे, असें मी समजतों.

येणेंप्रमाणें एकवीस वाक्यें आपल्या हृदयांत ठाम झालीं म्हणजे पुढील दहा सूत्रें ठाम करावींत.

१. मी परमात्मस्वरूप आहें.

२. परमात्मा मीच आहें.

३. परमात्मा मीच असल्यामुळें, मी आनंदस्वरूप आहें.

४. सर्व विश्व माझेंच आहे.

५. नामरूपात्मक भेद निर्माण करणारा तो मीच.

६. माझी भेदभावना मीच नाहींशी करीन.

७. मीच सर्वस्व असल्यानें मला कोणाचेंच भय नाहीं.

८. काळजी म्हणून मला कोणचीच नाहीं.

९. आत्मा अविनाशी व अखंड आहे व तोच मी आहें.

१०. सर्वत्र आनंदाचें साम्राज्य पसरलेलें आहे.

येणेंप्रमाणें २१+१०=३१ वाक्यांचें मनांत दृढीकरण झाल्यानें आपल्या इच्छित कार्यांत आपणांस सिद्धि प्राप्त करून घेण्याची पूर्ण शक्ति उत्पन्न होते.

नकारानें (Denial) म्हणजे मी दुबळा आहें, माझ्या हातून काय होणार ? मी काय करणार ? मी परस्वाधीन आहे ? दैव काय करील तें खरें—अशा तऱ्हेच्या विचारांचा पगडा मनावर कधींहि बसू देऊं नये. त्यापासून नेहमीं अनिष्ट गोष्टी घडत राहून, दुर्गुणांची वाढ मात्र होत जाते.

या विद्येत सूर्यशक्तीची फारच आवश्यकता असते. यास्तव, तिच्या सिद्धीसाठीं सूर्याराधनाच प्रामुख्यानें केलें पाहिजे. सूर्यचक्र हें काय आहे त्याचा आतां येथें थोडक्यांत विचार करूं. सूर्यचक्रासंबंधानें विचार करण्याच्या आधीं शरीर-शास्त्रासंबंधानें (Physiology) आधीं थोडासा खुलासा केला पाहिजे; कारण आत्मज्ञान-शास्त्रांत (Psychology) त्याची माहिती असणें अगत्याचें आहे. शरीरांतील सर्व ज्ञानतंतूंचें मुख्य ठिकाण जसें शीर्षस्थ मस्तिष्कांत असतें, तद्वतच सूर्यचक्राचें मुख्य स्थान पोटांत असतें. त्या स्थानाला इंग्रजींत (Abdominal brain) म्हणजे उदरस्थ मेंदु असें म्हणतात. हाच मानवी शरीररूपी जगतांतला सूर्य होय.

आतां हा शरीरस्थ सूर्य कसा प्रकाशित करतां येतो, तें पाहूं. आकाशस्थ सूर्य ज्याप्रमाणें गरीब किंवा श्रीमंत यांजकडे न पाहतां व कोणच्याहि निंदा किंवा स्तुतीची पर्वा न करितां, स्वतांचें काम नियमितपणें करीत असतो, तद्वतच आपल्या उदरांतील नाभिकमलस्थ सूर्य आपलें काम प्रत्येकाच्या उदररूप जगांत प्रत्यहि करीत असतो. आकाशांत अभ्रें आलीं असतां, अथवा वावटळ उठली असतां, सूर्यप्रकाश जसा कांहीं काळ अंधुक मलीनतर झाल्यासारखा आपल्या नेत्रांना दिसतो, तद्वतच आपल्या मानसिक वातावरणांत दुर्बुद्धीचें मेघडंबर पसरलें असतां, अगर दुष्कर्माच्या वावटळीनें प्रकोप केला असतां, आपल्या नाभिकमलस्थ रवीचें तेज कमी झालेंसें वाटतें; पण तें आकाशस्थ सूर्याप्रमाणेंच खरोखर कमी झालेलें नसतें. ज्ञानमार्गाचा अवलंब करून एकाग्रतेच्या दृढ विचारानें एकांतांत समाधि लावून त्या नाभिकमलस्थ सूर्याशीं आपली एकतानता करून घ्यावी लागते. गायत्री मंत्राचा अर्थ समजावून घेऊन, त्या मंत्राचा समाधीसमयीं उपयोग केल्यानें ती एकाग्रता होते व द्वादश नमस्कार घालण्याच्या रोजच्या प्रघातानें तें ज्ञान विद्युताकर्षणाप्रमाणें मनांत उत्पन्न होऊन, त्या नाभिकमलस्थ सूर्यचक्रांत आपलें मन शिरण्यास योग्य होतें. त्या सूर्यचक्रांत आपलें मन अशा तऱ्हेनें शिरले असतां, आपल्यांत निर्माण–शक्ति (Creative power) उत्पन्न होते. त्याच शक्तीच्या अंतर्गत नाशशक्ति (Distructive power) वास करीत असते.

प्रत्येक अवयवांत जसे निरनिराळे स्नायु असून त्यांतील ज्ञान-तंतु जीवन-शक्तीला (Vital energy) वाढविण्यास मदत करतात आणि (Telephone exchange) मेंदूकडे त्याबद्दलची स्वतांच्या सूत्ररूप ज्ञान दूताकडून बातमी पोंचवितात, तद्वतच रविचक्र हेंहि आपलें काम नाभिकमलांत वास करून आपल्या ज्ञानतंतुरूप दूतांकरवीं करीत असतें. तें जीवनशक्ति (Vital force) वाढवून देहाच्या प्रत्येक भागांत त्याचें आपल्या किरणांच्या फेंकीनें वर्धन करतें. देहांतील धमन्यांच्या जाळ्यांतून (Through the net-work of nerves) तें आपलीं किरणें एकसारखीं प्रकाशित ठेवतें. हें मानवी जीवनाचें आद्य पोषक आहे. मातेच्या उदरांत बालक असतां, तिच्या देहांतील रक्तावर तें आपलें पोषण ज्या एका नाळ नामक (Neval-cord) स्नायूकडून करून घेत असतें, तेंच रविचक्राचें स्थान होय. मानवाच्या अंगांत दुर्गुणोत्पत्ति झाल्यास हें चक्र त्या विकारानें रोगी बनून संकोचित होतें व त्यामुळें मनुष्य दुबळा बनतो. यास्तव, दुर्गुणांचा त्याग करणेंच इष्ट आहे.

रविचक्र ज्ञानतंतूंत जेव्हां जोम उत्पन्न करतें, तेव्हां स्नायूंतील कैफिक आंतर त्वचेच्या पृष्ठभागावर (Mucous Memberanous surface) त्याचें प्रसरण होऊन, कांतडींतल्या ज्ञानतंतूंकडून त्याचें आविष्करण होतें व देह प्रफुल्लितप्रसन्न दिसूं लागतो. सूर्याच्या भोंवतीं

जसें त्याचें तेजोवलय दिसतें, तद्वत् मनुष्याच्या भोंवतींहि एक प्रकारचें तेजोवलय (केयूर) उत्पन्न होऊन त्यांत जगमोहनाचें आकर्षण येतें. साधुसंतांत हाच सूर्यचक्राचा चमत्कार असतो. तेंच त्यांच्याकडून त्यांच्या इच्छा-शक्तीच्या जोरावर हवीं तीं कामें घडवून आणतें. साधुसंतांच्या हस्तस्पर्शानें अथवा नेत्रपातानें मोठाले रोग नाहींसे झालेले किंवा मनुष्याला वाटणाऱ्या अशक्य गोष्टी शक्यता पावलेल्या ज्या आपण ऐकतों व पाहातों, त्यांचें आद्य कारण हेंच रविचक्र होय. याच चक्राच्या किरणांकडून मनोगत विचार हवे तिकडे फेंकले जातात व त्यांच्याकडून हवें तें काम करून घेतलें जातें.

हें रविचक्र मानवाच्या मस्तिष्काचें ताबेदार असतें. मानवाच्या मस्तिष्कांत उत्पन्न होणाऱ्या विचारांचीं कामें, पूर्णतेला नेण्यास हेंच चक्र सर्वस्वीं उपयोगीं पडतें. या रविचक्राच्या प्रकाशाचा उपयोग कोणच्याहि विचारांत मस्तिष्क करून घेत नाहीं, असा एकहि विचार नसतो. रविचक्राच्या प्रकाशाचा जर उपयोग केला गेला नाहीं, तर विचार अंधारांत पडून राहून, तो प्रकाशांत येणें शक्य होत नाहीं. मानवाला सुखी अथवा दुःखी स्थितींत ठेवणारें हें सूर्यचक्र म्हणजे तुमचे तुम्हीच स्वतः कारण आहांत ही गोष्ट विसरूं नका.

रविचक्राचें जें प्रतिक्षणीं आकुंचन आणि प्रसरण होत असतें. तें सर्व मस्तिष्काची नोकरी बजावण्यासाठींच होत असते. मेंदूतला

एखादा अल्प विचारहि रविचक्राकडूनच उद्भवला जातो व त्याचें प्रत्युत्तरहि त्याच्याकडूनच मिळतें. तुमच्या एखाद्या आळशी विचारालाहि तुम्ही कसे व कां जबाबदार असतां, याबद्दल तुम्ही कारण सांगाल काय ? मांसमय सजीव देहांत घडणाऱ्या गोष्टींचें यथायोग्य पारितोषिक तुम्हांला जें हरघडी मिळत असतें, त्याचें तरी कारण काय ? तुम्ही कल्पना-सृष्टींत जसें पेरतां तसेंच देहामध्यें उत्पन्न होतें. त्याचप्रमाणें तुम्ही जें आगाऊच कल्पनेंत पेरून ठेविलें असतें त्याची तुम्हांला वर्तमानकाळीं प्राप्ति होत असते.

जगांतील आकर्षण-शक्ति मोठी विचित्र आहे. ही प्रत्येकाकडून निरनिराळ्या मार्गांनीं-वापरली जाते. दुर्गुण, सद्गुण, हर्ष, शोक वगैरे गोष्टींकडे ज्या मानानें व मार्गानें मनाची प्रवृत्ति होईल त्या मानानें ती तद्रूप होते. जग हें परमेश्वरानें मानवापुढें आरशासारखें ठेवलें आहे. त्याचा उपयोग आपल्या सद्सद्विचार शक्तीच्या जोरावर प्रत्येकानें करून घ्यावा, अशी ईश्वरी इच्छा आहे व त्याप्रमाणेंच प्रत्येकानें वागावें हें योग्य आहे.

* * * ४६ * * *

विचार, श्वास आणि कार्य हीं एकच होत.

विचार म्हणजेच कार्य व कार्य म्हणजेच विचार होय. त्याचप्रमाणें श्वास घेणें म्हणजेच विचार करणें व विचार करणें म्हणजेच

श्वास घेणें. याच न्यायानें श्वास सोडणें म्हणजे विचार टाकणें होय. (Thought is motion and motion is thought. Breathing is thinking and thinking is breathing.) विचाराशिवाय मनुष्य श्वास घेऊं शकत नाही. श्वास–घेतांना विचार करावाच लागतो, ही गोष्ट सूक्ष्म विचाराअंतीं सहज कळण्यासारखी आहे. त्याचप्रमाणें आपणांकडून जी क्रिया घडते, ती विचाराशिवाय कधींच घडत नाहीं. श्वासाच्या साह्यानें मोठाल्या साधूंनीं अनेक चमत्कार केलेले आहेत. संतांचे बोल खरे होतात त्याचा अर्थ हाच श्वास होय ! श्वास नेहमीं पोटांतली दूषित हवा बाहेर टाकीत असतो व बाहेरची स्वच्छ हवा आंत घेत असतो. (Hydrogen and Nitrogen=मित्र आणि वरुण) श्वास व विचार यांचें पर्यवसान जे कार्य ते चैतन्यरूपानें घडवून आणणारें जें कोणी तेंच रविचक्र होय.

एथपर्यंत रविचक्रासंबंधींची सविस्तर माहिती सांगितली. आतां यापुढें तें चक्र साध्य करून घेतल्यावर त्याचे किरण स्वेच्छेप्रमाणें आकर्षणासाठीं बाहेर कसे फेंकावे, त्याची माहिती सांगतों.

अंगांतले कपडे काढून चित्रांत दर्शविल्याप्रमाणें वर छाती करून ताठ निजावें. उशाला कांहीं एक घेऊं नये. अंगांतील कपडे काढून टाकण्याची इच्छा नसल्यास ते अगदीं ढिले सोडावे. पांच मिनिटें डोळे मिटून अगदीं शांत चित्तानें एकाग्रतेत पडावें. त्या वेळांत



रविचक्ररश्मि बाहेर कसे फेकावेत ?

मन अगदीं विचाररहित केलें पाहिजे. (Make your mind quite blank.) पुढें हलके हलके डाव्या नाकपुडींतून दीर्घश्वास आंत खेंचावा. त्याचें दोन मिनिटें स्तंभन करावें व नंतर हलके हलके तो उजव्या नाकपुडींतून बाहेर सोडावा. श्वास जेव्हां स्तंभित कराल, तेव्हां तुम्हांला जो विचार करायचा असेल, त्याचें त्या वेळीं मनात उच्चारण करावें, मग मनोगत इच्छित कार्य करण्याचा आशेनें त्याला उजव्या नाकपुडींतून सोडण्याच्या आधीं श्वासाचा ‘ कुंभक ’ करतांना सूर्यचक्राला मनोगत प्रणिपात करून, त्याच्याच आज्ञेनें इच्छित कार्य घडून येवो, असें मनोगत बोलावें व मग रेचक करावें. याप्रमाणें पूरक, कुंभक व रेचक आणि रेचक, कुंभक व पूरक: अशी लोमविलोमानें त्रिवार सांखळी एक आठवडा रोज एकवार शुचिर्भूतावस्थेंत एकाग्रतेनें केली असतां, मनोगत इच्छिलेली गोष्ट घडून येते.

असल्या तऱ्हेचे प्रयोग करतांना नेहमीं अशी एक गोष्ट लक्षांत ठेवली पाहिजे कीं, या प्रयोगाचा उपयोग जारण, मारण, उच्चाटन वगैरे दुष्कृत्यांत केला असतां अतीं त्याचा परिणाम स्वतःला दुःखद असा भोगावा लागतो व सुविद्येचा परिणाम कुविद्येंत होऊन जगांत नाचक्की होते. कारण, रवितेज हें जात्या निष्कलंक असतें आणि म्हणूनच त्याची प्रवृत्ति कुमार्गाकडे कधींहि होत नाहीं. वास्तव, त्याच्यावर बलात्कार केला असतां, त्याचा विरुद्ध परिणाम घडून आल्यास त्यांत नवल तें कोणचें ?

* * * ४७ * * *

अंतर्गत विचार सरळ शद्वांनी कसे सोडावे ?

ही रीति सर्वांपेक्षां श्रेष्ठतर आहे; पण ही करण्याला इच्छाशक्ति फारच जोरदार व दृढ असावी लागते. या प्रकारांत एखाद्या आकृती-(Image) कडून अथवा एखाद्या सुंदर वस्तूमार्फत 'जा, अमुक काम कर' अथवा 'जा, अमुक जागीं जाऊन रहा व अमुक काम कर' असा संदेश धाडावा लागतो. ज्याची इच्छाशक्ति फारच मोठी असेल, त्याच्याचकडून ही क्रिया घडली जाईल. मानस-वाचन (Mind reading) या प्रकरणांत याबद्दलची साद्यंत हकीकत दिलेली आहे. त्यामध्यें सांगितल्याप्रमाणें बरोबर प्रयोग केल्यास वाटेल ती गोष्ट साध्य करून घेतां येते. त्या बाबतींतले दोन तीन दाखले पुढें दिले आहेत, ते वाचून त्यांप्रमाणें अभ्यास केला असतां, त्यांतील सत्यता पटते. त्यायोगानें जगाचें ज्ञान होऊन, वाटेल त्या बाबतींत वाटेल तें कृत्य सहज करतां येतें

समजा कीं, तुम्ही ट्राममध्यें, सभेंत नाटकगृहांत अथवा अशाच कोणच्या तरी मंडळीच्या समजांत बसला असून, तुमच्यापासून चार किंवा पांच हातांच्या अंतरावर जो कोणी एक बसलेला असेल, त्याच्या मानेच्या पार्श्वभागावर, तुम्ही आपली एकाग्रदृष्टि (Fix your gaze upon the back of his neck) स्थिर केली आहे व

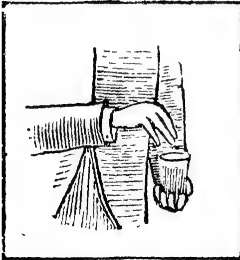
नंतर आपल्या प्रबल इच्छेनें त्याच्यावर आपला मनोगत 'चल माझ्या-कडे तोंड फिरवून पाहा,' असा संदेश सोडला. याप्रमाणें स्थिर दृष्टीनें शांतपणें तुम्हीं त्याच्याकडे विचारलहरीची फेंक सोडल्यापासून तो पांच मिनिटांच्या आंत तुमच्याकडे वळून पाहू लागेल. तुमची जशी इच्छा-शक्तीची दृढ प्रेरणा असेल, तसेंच तुम्हांला या प्रयोगांत यश येईल. जितकी दृष्टि स्थिर व मनोनिग्रह दृढ असेल, तितकी लवकर यशःप्राप्ति होते. तुम्हांला कदाचित् यश न आल्यास या विद्येला नांव ठेवूं नका. तुमचाच त्यांत कांहीं तरी कोतेपणा माना. कारण, त्यांत तुमची इच्छाशक्ति असावी तेवढी दृढ नसल्यामुळें तुम्हांला यश आलेलें नसतें व हीच गोष्ट खरी त्रिवार सत्य असते. यास्तव, तुम्हीं प्रयत्न सोडूं नका. तुम्हांला प्रयत्नांअंतीं यश मिळाल्याशिवाय राहाणार नाहीं. प्रत्येकालाच या पद्धतीनें आपले विचार सोडून एकाच वेळीं एकदम फलप्राप्ति होणार नाहीं. यास्तव धीर धरूनच विश्वासानें कोणतीहि विद्या अभ्यासिली पाहिजे, म्हणजेच यश मिळतें. यत्किंचित् गोष्टीहि आपल्या मनावर ठसण्यास अथवा दृढमूल होण्यास कठिण जातात, याचें कारण आपलें मन फार उतावळें व छांदिष्ट असतें हें होय व हा अनुभव सर्वांसच असतो.

याचप्रमाणें, रस्त्यांत तुमच्या समोरून येणाऱ्या माणसाच्या नेत्रांवर तुम्ही आपली इच्छाशक्ति शांतपणें दृढ दृष्टीनें फेंकून त्यानें

आपल्या अमुकच बाजूनें जावें अथवा आपण मनांत धरलेलाच शब्द त्यानें आपल्यापुढें येऊन उभा राहिल्याबरोबर उच्चारावा, असा संदेश फेंकल्यास तसेंच घडून आल्याचें तुम्हांला आढळून येईल.

आतां आणखी एक प्रकार सांगतों. तुम्हीं ज्या पाण्यांत, खाण्याच्या पदार्थांत, कागदांत, कपड्यांत अथवा वाटेल त्या पदार्थांत जो आपला विचार-किरण सोडलेला असेल व ती वस्तु ज्याच्याकडे उपयोगार्थ तुम्ही द्याल, तिचें त्यानें ग्रहण केल्यावर, तुम्हीं इच्छाशक्तीनें विजय प्राप्त करून घेतल्यानें तुम्हांला आढळून येईल. याच मार्गानें राजभेट, दरबारी कामें, नाजूक राजकारणें वगैरे हव्या त्या गोष्टी साध्य करून घेतां येतात.

ही विद्या हस्तगत करून घेण्यासाठीं संसारत्यागाची फारशी जरूरी नाहीं. सांसारिक दगदगींत राहून शांत चित्त व्हा आणि मोठ्या प्रेमानें अभ्यास करा. गोंगाट म्हणजे शक्ति नव्हे. गडबडेपणा हा योग नव्हे. उतावळेपणा ही शांती नव्हे. शांत, धीट, प्रेमळ, उत्सुक आणि भाविक अशा प्रकारचा जो मनुष्य असेल, तोच माणूस त्याच्या विरुद्ध



पाणी मंत्रून देण्याची क्रिया.

स्वभावाच्या माणसाच्या आधीं इच्छित स्थलीं जाऊन पोंचतो. विश्वास, आशा आणि शांततेची मागणी ही त्रिगुणात्मक जोरकस शक्ती मनुष्य जर ओळखील, तर जगांतल्या अनेक गोष्टींचे तो उलगडे सहज करूं शकेल. मूर्खानें त्यागिलेले सज्जन स्वीकारतो. कारण, त्याला पारख असते. कीटकांप्रमाणे नुसते पोटाच्या मागें लागूं नका. स्वतःला दुदैवी समजून त्याबद्दल ईश्वराची व्यर्थ करुणा भाकूं नका. स्वतःला पातकी समजून अक्षयचा मूभार मानून घेऊं नका. नाहीं—हजार वेळां नाहीं—लाखो वेळां—आपल्या पायांवर धैर्यानें उभे राहा. आपलें मुखमंडळ वर करा आणि नीलनभोमंडळाकडे स्थिरतेनें खांदे मागें करून पहा. तुम्ही आपलीं आंतडीं निसर्गाच्या सुगंधानें भरा आणि म्हणाः—

"अगम्य, अतर्क्य आणि अनंत असें जें ईश्वरी ज्ञान, तें माझ्या देहांत घुसून त्यानें माझें मन प्रकाशित करावें. देवाच्या ज्ञानांत मला थारा मिळो. देव ही सार्वत्रिक शक्ति असून, ती त्यानेच निर्माण केलेल्या सर्वांत ठाणबंद आहे. हे जगन्निर्मात्या, मला शहाणा कर; मला सशक्त कर; मला पवित्र कर आणि मला सर्वस्व कर. मला माझ्या संबंधानें उत्तमशी विचारशक्ति दे; कारण, तूंच मला अस्तित्व दिलेलें असून, मला देह—गृहांत वस्ती करण्याची आज्ञा दिली आहेस. मला माझें वास्तविक हक्क, सौख्य आणि सर्वस्व यांची ओळख

करून दे. तूं जे नैसर्गिक कायदे केले आहेस, त्यांचें मला बरोबर आकलन होण्यासाठीं ज्ञान दे. तूं आपलें स्वतःचें ज्ञान मला देऊन, माझ्या आत्म्याला सुशोभित कर आणि पावित्र्याच्या जोरावर मी उभा राहिन असें कर. मी जेव्हां तुझा धांवा करीन, तेव्हां तूं. जगन्नियंत्या, माझी हाक ऐकून माझ्या कार्यासाठीं माझ्या सन्निध ये. "

तुम्ही कोणाबद्दलहि वाईट विचार करूं नका; कारण, त्यांत तुमचेंच अकल्याण होणार आहे. या विद्येच्या योगानें तुमच्या अंगांत उत्पन्न होणाऱ्या शक्तीचा व्यय दुसऱ्यासाठीं करूं नका. फक्त तुम्हीच आपल्यासाठीं चांगल्या कर्मांत याचा उपयोग करा. त्यापासून तुम्हांला सुख होईल.

मानवाचें मानवासंबंधाचें कर्म एका जुन्या लेखकानें पुढील शब्दांत ग्रथित केलें आहे. ते शब्द प्रत्येक घराच्या दरवाज्यावरील तोरणांत सुवर्णाक्षरांनीं लिहिण्याच्या लायकीचे आहेत. ते शब्द असेः—

"Wrong no man and render unto every man his due."

"कोणाहि मानवाला दुखवूं नका आणि ज्याचा जो योग्य हक्क असेल तो त्याला द्या."

मानवी प्राण्यानें जगांत कसें वागावें, हें या एकाच वाक्यांत सरळपणें सांगितलेलें आहे. याप्रमाणें जर सर्व वागूं लागतील तर जगांतले वकील, न्यायमंदिरें आणि तुरुंग हे पार नाहींसे होऊन, जातील आणि मानवाची वर्तणूक हें एक मधुर गाणें आणि सुखस्वप्न होईल. अशा तऱ्हेची जगत्स्थिति बनविण्याचा प्रत्येकानें होईल तितका आपल्यापरीं प्रयत्न करावा.

आतां पुन्हां एकदां सरतेशेवटीं वाचकांना एक विनंति करून हें प्रकरण संपवितों. सद्वाचकहो, तुम्हांला अवगत झालेल्या या नव्या विद्येचा तुम्ही दुरुपयोग करूं नका. परमेश्वरी देणगीला हृदयांतून हुसकवून लावूं नका. या विद्येचा तुम्ही स्वतःकरतां सरळ मार्गानें सदुपयोग करा. कोणाचेंहि या विद्येनें अनहित करून त्याला दुखवूं नका आणि आत्मबल वाढवून लौकिकवान् व्हा.

४८

उपनिषत्सार.

या पुस्तकांत जें शास्त्र येथपर्यंत सांगितलें, त्या बाबतींत उपनिषदांतून ज्या गोष्टी करण्याबद्दल अनेक ठिकाणीं उल्लेख आलेले आहेत, ते सर्व येथें उध्दृत करून जागा आडविण्याचें विशेषसें प्रयोजन नसल्यानें, त्यांतील आंसवरूप अशीं फक्त पांचच सूत्रें जीं पुढें मराठी अर्थासह दिलीं आहेत, त्यांचाहि अभ्यासांत जरूरीप्रमाणें उपयोग

केल्यास इष्ट फलप्राप्ति होते हें ध्यानांत आणून, त्यांचा उपयोग करून घेतल्यास कोणचीच हरकत नाहीं, सबब तीं पुढें दिलीं आहेत.

आतां येथें प्रथम उपनिषद् म्हणजे काय याचा अर्थ प्रथम विशेषतः स्पष्ट करून, नंतर त्यांतील सूत्रांचा उपयोग करण्यापासून फायदा कां होतो याचें कारण स्पष्ट करतों. उपनिषद्–हा शब्द मूळचा–ती उपनिषद्–असा स्त्रीलिंगी असून, तो [उप्–(जवळ) + नी–(नेणें) +षद्] अशा धात्वर्थापासून भाषेंत प्रविष्ट झाला आहे. त्याचा सरळ अर्थ—गुरुचरणांपाशीं बसून मिळविलेलें ज्ञान असा जरी होतो, तरी वेदज्ञांनीं त्याचा जो अर्थ निराळाच केलेला आहे तो असाः—

अज्ञानाचा नाश करून आणि सांसारिक मायापूर्ण–जालाला तोडून टाकून, जगांतल्या आपल्या अस्तित्वाबद्दल, सर्वाद्यतत्व जें ब्रह्म, त्याच्या संबंधानें जें ज्ञान प्रगट करणें तें. हीं उपनिषदें–अनेक मार्गांनीं अंतिम साध्य एकच धरून उपदेश करितात म्हणून तीं उपनिषदें या नांवानें प्रसिद्ध झालीं आहेत. एकंदर जीं १०८ उपनिषदें आहेत, त्यांमध्येंः—

ईशकेनकठप्रश्नमुंडमांडूक्यतित्तिरः ।
ऐतरेयं च छांदोग्यं बृहदारण्यकं तथा ॥

याप्रमाणें दहा–ईश, केन, कठ, प्रश्न, मुंड, मांडूक्य, तित्तिर, ऐतरेय, छदोग्य आणि बृहदारण्यक–अशीं जीं मुख्य मानिलीं गेलीं आहेत, तीं सर्व इतरांसह अनेक पंथांनीं, एकाच ब्रह्मतत्वाचें ज्ञान करून देतात.

टेलिपॅथी—इन्स्ट्रक्टर.

मुक्तोपनिषदांत जीं एकंदर उपनिषदें १०८ सांगितलीं आहेत, त्यांतील सर्वसंमत अशीं व विशेष प्रसिद्धीस पावलेलीं वरील दहाच मुख्यत्वें होत. हीं दहा वजा जातां बाकींचीं जीं ९८ उरतात, तीं षड्दर्शनद्वारें—म्हणजे वेदान्ततत्वज्ञानाधारें रचिलीं गेलीं असल्याचें मानितात. हीं सर्व उपनिषदें, गूढ मार्ग अथवा गहनतत्वार्थ प्रतिपादन करणारीं म्हणजे—ब्रह्मज्ञान देणारीं अशीं धार्मिक आचारपरिप्लुत जीं मानण्यांत आलीं आहेत, तें यथार्थच आहे, असें माझें स्पष्ट मत असण्याचें कारण अनुभवांतीं मला त्यांचें स्पष्टीकरण पूर्णपणें पटलें आहे.

आतां त्या उपनिषदांपैकीं, ब्रह्मज्ञानशास्त्राचा अभ्यास करणारांना, मनोगत करण्यास अत्यंत उपयोगीं पडतील अशीं जीं मीं स्वानुभवानें ठरविलीं आहेत, तीं नेमकीं अशीं यापुढें उध्दृत केलीं आहेत:—

(१) केवलं चित्सदानंदब्रह्मैवाहं जनार्दनः ।

—वराहोपनिषद्.

[मी केवळ सच्चिदानंदब्रह्मच असून, मीच जगन्नियंता आहें.]

(२) स य एषोऽन्तर्हृदय आकाशः ।

तस्मिन्नयं पुरुषो मनोमयः ॥

—तैत्तिरीय उपनिषद्.

[माझा आत्मा आकाशाप्रमाणें विस्तृत असून, त्यांतील तोच मनोमय पुरुष आहे.]

(३) अमृतो हिरण्मयः ।

—तैत्तिरीय उपनिषद्.

[मी अविनाशी ब्रह्म आहें.]

(४) दिवश्चैनमहित्वाच्च दैवं मन आविशति तद्वै दैवं मनो येनामन्दैव भवत्यथो न शोचति ॥

—बृहदारण्यकोपनिषद्.

[तमोनाशक सूर्याप्रमाणें माझें ब्रह्मस्वरूप मन, अज्ञानांधः-काराचा नाश करून, आनंद प्राप्त करून घेतें.]

(५) अजोऽमरश्चैव तथाजरोऽमतः स्वयंप्रभः सर्वगतोऽमव्ययः । न कारणं कार्यमानित्य निर्मलः सदैव तृप्तोऽहमितीह भावयः ॥

—मुक्तिकोपनिषद्.

[मी–अजन्म, अमर, अजर, स्वयंप्रभ, अव्यय, सर्वगत, अकारण, अनित्य, निर्मल, ध्रुव आणि तृप्त असा असल्यानें सर्वाधिकारी ब्रह्मरूपच आहें.]

मागें जे प्रयोग सांगितले आहेत, त्या प्रयोगांच्या आधीं स्वतःची मानसभूमी, संकल्पविकल्परहित करून, तिला शुद्ध स्वरूप देण्यास

हीं सूत्रें अत्यंत उपयोगी असल्याचा स्वानुभव असल्यानें, तीं माझ्या प्रिय अभ्यासेच्छूंसाठीं सार्थपणांत वर दिलीं आहेत. त्यांचा स्वेच्छेप्रमाणें उपयोग करून घेण्याचें सांगून, आतां यापुढील मार्गाकडे वळतों.

४९

तर्क-वाचन आणि विचार-वाचन.

(Mind reading and Telepathy)

विचारांनीं ठरवलेले जे कायदे तेच विश्वाचे कायदे होत. विचार आणि मानवाचें मन यासंबंधानें मागें संपूर्ण विवेचन केलेलेंच आहे. आतां, या प्रकरणांत विचारशक्तीकडून दुसऱ्याचे मानसिक विचार आपल्याला अंतर्ज्ञानानें कसे वाचतां येतात आणि एकमेकांचे विचार एकमेकांकडे अंतर्ज्ञानानें कसे धाडतां येतात, त्याचें विवेचन करितों.

मनुष्याचें मन दोन प्रकारांनीं वाचतां येतें. एक तर्कशक्तीनें व दुसरें विचारशक्तीनें. पाहिलीला तर्क-वाचन (Muscle-reading) व दुसरीला विचार-वाचन (Telepathy) अशीं इंग्रजींत नांवें आहेत. तर्कवाचन-पद्धतीला जशी माणसाची माणसाला जरूर लागते, तशी विचारवाचन-पद्धतीला लागत नाहीं. या विद्येचा अभ्यास करणाराला प्रथम तर्कवाचन-पद्धती (Muscle-reading) चाच अभ्यास करणें जरूर आहे. कारण, या अभ्यासांत मनःशक्ति

परिपूर्ण झाल्याशिवाय विचारवाचन-पद्धतीचें (Telepathy) आकलन होणें शक्य नसतें. यास्तव, आतां आपण तर्कवाचन-पद्धतीचा अभ्यास कसा करावा, तें प्रथम पाहूं.

प्रथम चारपांच मित्र किंवा सोयरे धायरे एकत्र जमवावे. शिकणाऱ्यानें आपले डोळे कापडाच्या पट्टीनें बांधावे; नंतर जमलेल्या मंडळींतील माणसांनीं कोणत्या तरी दोन भिन्न वस्तु पसंत कराव्या आणि त्यांपैकीं एका वस्तूचें भूमीवर संताडण करून, त्या दोन्ही वस्तु एकत्र कोठें तरी ठेवाव्या आणि संताडित वस्तु शोधून काढण्याचा अभ्यास करणाऱ्यास--नेत्रावर पट्टी बांधलेल्यास--फर्मावावें. शिकणाराचे डोळे बांधलेले असल्यामुळें त्या वस्तू त्याला दिसत नसतात; पण त्याला एवढें समजलेलें असतें कीं, जी वस्तु संताडित झालेली आहे, ती त्या स्थलीं अथवा बाहेर कोठें तरी ठेवलेली आहे व ती आपणांस शोधून काढायची आहे. यास्तव, त्या वस्तूवर आपली दृष्टि ती जेथें असेल तेथें एकाग्र करावी. दृष्टि एकाग्र कशी करावी, हें आपण आधींच शिकलों आहोंत. जमलेल्या माणसांतील ज्यानें ती वस्तु आपटली असेल, त्याचा उजवा हात विद्यार्थ्यानें आपल्या डाव्या हातांत धरावा आणि त्याला म्हणावें कीं, ' ज्या जागेवर ती वस्तु आपटली असशील त्या जागेवर सरळ दृष्टि ठेव. ' इतकें सांगून त्यानें तसें केलें म्हणजे त्याला त्याचा हात न सोडतां दोन तीन पावलें चालण्यास सांगावें. तो

ज्या दिशेला वस्तू आपटली असेल, त्या स्थळाकडे आपोआपच पावलें टाकील. शिकणारानें आपली एकाग्रदृष्टि त्या मनुष्याच्या धरलेल्या हातावर ठेवावी. या क्रियेनें स्वाभाविकपणेंच त्याच्या हृदयांत ती वस्तु आपटलेल्या जागेकडे त्याचा हात वळण्यास स्फूर्ति उत्पन्न होईल. त्याचे-कडे शोधकानें नीट दृष्टि ठेवावी. याप्रमाणें ती आवाज निघालेल्या जागेची दिशा थोड्या वेळानें तुमच्या लक्षांत आली म्हणजे फक्त आतां ती वस्तू शोधून काढण्याचेंच काय तें काम राहिलें. तुमची व त्याची या वेळीं एकतानता झाली असल्यामुळें ती वस्तु ठेवलेल्या जागेकडे जाण्यास तो माणूस आतुर झालेला आहे, असें त्याच्या पकडलेल्या हाताच्या चलनवलनावरून तुम्हांला स्पष्ट कळून येईल; नंतर त्या स्थळीं असलेल्या प्रत्येक वस्तूवर शिकणारानें आपला हात फिरवावा. असें करतां करतां खऱ्या वस्तूवर आपण हात फिरवीत असतां, त्याच्या पकड-लेल्या हाताची होकारार्थी नैसर्गिक रक्तवाहिन्यांतील धक्याची सूचना आणि त्या वस्तूच्या संताडनाचा पूर्वींच आपल्या कानांत घुमलेला आवाज, यांशीं आपण तादात्म्य होऊन ‘ ही ती वस्तु ’ असें सांगावें. हें सर्व करण्यास एकाग्रदृष्टि आणि चातुर्य यांचें मात्र यथायोग्य संमि-श्रण झालेलें असलें पाहिजे. अभ्यास करणाऱ्याला एकदमच यशःप्राप्ति होणार नाहीं, हें खरें आहे. त्यानें दहा पंधरा दिवस असा अभ्यास सतत श्रमपूर्वक केल्यावरच त्याला विजय मिळण्यास सुरुवात होईल.

या अभ्यासाचा, विचार-वाचन-शक्तींत (Telepathy) फारच उपयोग होतो. तर्कवाचन-शक्तीची बारकाईची माहिती स्वतंत्रपणें इतरत्र आम्ही देणार आहोंत. त्याचें हें स्थल नव्हे. यास्तव, आतां विचार-वाचन-शक्ति कशी निर्माण करावी, त्या प्रयोगाकडे वळूं.

* * * ५० * * *

विचारवाचन-शिक्षण.
(Telepathy)

या अभ्यासांत कोणाच्या व कोणच्याहि इंद्रियस्पर्शाची आवश्यकता नसते. यांत फक्त समोरासमोर परस्परांचे मनोगत विचार विचाराकर्षणांनीं परस्परांस कळवायचे असतात. यांत स्वतःचे विचार सोडणें (Thought projecting) इतकेंच काय तें काम असतें. जो आपले मनोगत विचार सोडतो, त्याला विचारविक्षेपक (Thought projector) असें म्हणतात व जो विचार ग्रहण करतो त्यास विचार ग्राही (Thought receiver) असें म्हणतात. विचारवाचन-शक्तीकडून दुसऱ्याच्या मनावर आकर्षणक्रियेनें शब्दांनी किंवा चित्ररूपानें संदेशाची रवानगी करतां येते व तो संदेश, संदेश-विक्षेपकानें ज्या रीतीनें धाडला असेल, त्याच रीतीनें विचारग्राही तो संदेश ग्रहण करूं शकतो. विचार-विक्षेपण आणि विचारग्रहण या गोष्टी सर्वस्वी शांत-मनोवृत्ति आणि एकाग्रता यांवर अवलंबून असतात. कोणच्याहि प्रका-

रचा मानसिक घोटाळा अथवा अस्वास्थ्य किंवा चलबिचल या गोष्टी संदेश-विक्षेपणाप्रमाणेंच संदेशग्रहणांतहि आडकाठ्या आणणाऱ्या असतात.

संदेश–विक्षेपक आणि संदेश–ग्राहक यांच्यामध्ये वैमनस्य नसून प्रेम असावें लागतें. तरच प्रयोगांत सिद्धि प्राप्त होते. प्रेमाशिवाय मनाकर्षण होत नाहीं. जितकें उत्कृष्ट प्रेम परस्परांत असेल, तितका प्रयोगांत लवकर विजय प्राप्त होतो. समजा कीं, आपला कोणी सगा-सोयरा परदेशीं आजारी पडला आहे, हें आपणांस कांहीं माहीत नाहीं; पण निसर्गदेवता मात्र आपल्या मनांत कांहीं तरी न कळत भीति उत्पन्न करते आहे, हें जरी आपणास कळतें, तरी भीतीचें खरें ज्ञान आपणांस होत नाहीं. त्याच्याकडून जेव्हां बातमी येते, तेव्हांच आपल्याला भूतकालीन वर्तमान भीतीचा उलगडा होतो. भीति जी नैसर्गिकरीत्या उत्पन्न होते, ती सग्यासोयऱ्यांच्या व आपल्या मनांतील लाग्याबांध्यांच्या प्रेमाकर्षणानेंच होते.

विचार–विक्षेपण (Projection of Thought)–कर-तांना स्वतःचें चित्त एकाग्र करावें. या कामांत दुर्बिणीचा फार उपयोग होतो. या कामांत काचेची दुर्बिण लागते असें नाहीं. तर चित्रांत दाखविल्याप्रमाणें कागदाची लांब सुळकुंडी करावी आणि तिच्यांतून एकाग्र दृष्टीनें व मनानें एक डोळा मिटून दुसऱ्यानें पाहूं लागावें. ही सुळकुंडी विचार–विक्षेपणाला फार उपयोगी पडते.



दुर्बिणीकडून विचार-विश्लेषण आणि विचारग्रहण.

टेलिपॅथी-इन्स्ट्रक्टर.

सोबतच्या चित्रांत दाखविल्याप्रमाणें दोन प्रेमळ माणसांनीं एका खोलींत एकांतांत एकाग्रांतःकरणानें शांततेंत बसावें. सुळकुंडीचा (Teliscope) आकार चित्रांत दाखविल्याप्रमाणें कराण्यासारखा असावा. तो कर्णा एकानें आपल्या डोळयास लावावा व दुसऱ्यानें आपल्या पुढें कागद, पेन्सिल घेऊन बसावें; नंतर टेबलावर कागद ठेवून बसणाऱ्यानें कर्णाकार दुर्बिणीच्या पसरट तोंडाकडे अगदीं शांतपणें व एकाग्रतेनें आपली दृष्टि खिळवावी. दृष्टि एकाग्रतेंत पूर्ण खिळल्यावर डोळे मिटून दृष्टीची एकाग्रता तशीच कायम ठेवावी आणि " तुमचा कोणचा संदेश मी कागदावर लिहूं ? " असा प्रश्न विचार-विक्षेपकाला शांत चित्तानें स्वगतच विचारावा. कांहीं वेळ गेल्यावर विचार-विक्षेपकाकडून फेंकल्या गेलेल्या विचार-विक्षेपणाच्या लाटा तुमच्या मेंदूवर उसळूं लागतील. तुम्हांस जे विचार त्या वेळीं तुमचा मेंदु कागदावर लिहिण्यास सांगेल, ते विचार तुम्ही तुमच्या पुढच्या टेबलावरील कागदावर उतावळी न करितां शांत चित्तानें लिहावेत. प्रथम प्रथम यांत चुका होतील, परंतु अभ्यासानें ही संवय वाढविल्यास खात्रीनें यशःप्राप्ति होईल.

समजा कीं एक मित्र काशीस आहे आणि त्याचा दुसरा मित्र पुण्यास आहे. त्यांचें परस्परांचें मनोगत परस्परांना रोज नेमक्या वेळीं कळणें अवश्य आहे. ही गोष्टहि या विचार-विक्षेपणानें व विचार-ग्रहणानें करितां येते. मात्र त्या प्रयोग करण्यास बसण्याची त्या

दोघांनीं रोजची नेमकी वेळ आगाऊ ठरवून ठेवलेली असली पाहिजे व संदेश कोणी कोणास धाडावयाचा व कोणीं स्वीकारायचा, हेंहि आगाऊच ठरविलेलें असलें पाहिजे. अशा वेळीं कर्णाकृति दुर्बिणीचें पसरट तोंड ग्राहकानें आपल्या समोरच्या भिंतीवर आपल्याकडे करून टांगून ठेवावें आणि त्याकडे एकाग्रतेनें शांतपणें, मागें सांगितल्याप्रमाणें पाहात राहून मेंदूंत विचार-लहरी उत्पन्न होऊं लागल्या म्हणजे लिहिण्यास सुरुवात करावी. विचार-विक्षेपकानें आपल्या डोळयास दुर्बिण लावून ग्राहक समोर आहे, अशा कल्पनेनेंच मागें सांगितल्याप्रमाणें एकाग्र चित्तानें विक्षेपणाचें स्वगत काम सुरू करावें. हा प्रयोग, बराच अभ्यास अथवा या विद्येंत विशेष प्रगति झाल्यावांचून साध्य होत नाहीं.

अशा या विद्येचा अभ्यास रोज एक किंवा दीड तासापेक्षां अधिक वेळ करण्याचे परिश्रम करूं नयेत. कारण, आजारी पडण्याचा त्यांत संभव असतो. प्रथम प्रथम जरी ही विद्या साध्य झाली नाहीं, तरी हताश होऊन निरुत्साहानें ती प्राप्त करून घेण्याचा अभ्यास सोडूं नये. पुन्हां पुन्हां प्रयत्न करावा. ‘ मनोमय साक्ष ’ ही म्हण प्रचारांत येण्यास हीच विद्या मूळ कारणीभूत असल्यामुळें, तिच्या खोटेपणाविषयीं शंका न घेतां आदरच राखावा.

विचारवर्धनाची दुसरी एक अशी रीत आहे कीं, आपण रात्रीं एकांतांत बसावें आणि मन एकाग्र करून एखाद्या पुस्तकाची कांहीं

पानें न मोजतां उघडावींत आणि तीं किती पानें आहेत, याचा त्या उघडलेल्या पानावरचा आंकडा न पाहतां स्वतांशींच पांच मिनिटें तीं किती असतील, त्याचा अदमास एकाग्र विचारानें करावा. विचारा-अंतीं जो आंकडा प्रथम मनांत उद्भूत होईल, तो कागदावर लिहावा; नंतर पुस्तकाच्या उघडलेल्या पानाचा आंकडा पाहावा. प्रथम प्रथम पांच चार आंकड्याचा फरक पडलेला आढळून येईल; पण पुढें पुढें हा फरक कमीं कमीं होत जाऊन, अभ्यासानें तो आंकडा आपल्याला बरोबर सांगतां येईल.

विचारवर्धनाची तिसरी एक पद्धत अशी आहे कीं, दोघां मित्रांनीं एका खोलीमध्यें व एकांतांत एकाग्रतेंत स्वस्थांतःकरणानें शांत चित्त होऊन बसावें आणि त्यांपैकीं एकानें आपल्या मनांत विचार करण्यास सुरुवात करावी आणि दुसऱ्यानें त्याचे ते विचार आपल्या मेंदूवर वाचण्यास सुरुवात करण्याचा प्रयत्न करावा. येणेंप्रमाणें रोज अभ्यास करण्याचा परिपाठ ठेविल्यास सहा महिन्यांच्या आंतच सिद्धि प्राप्त होते. दोघांनींहि आलटून पालटून विचारप्रक्षेपण आणि विचारग्रहण या दोहोंचा अभ्यास करावा. अशा अभ्यासाची सिद्धि झाल्यास ते दोघें एकमेकांपासून कितीहि जरी दूरच्या अंतरावर असले, तरी त्यांचे पर-स्परांचें गुप्त विचार परस्परांस कळण्याला मुळींच अडचण पडणार नाहीं प्रयोग सुरू असतां, मध्यंतरी जर आपली विचार-शक्ति थकल्याचा आपल्याला भास झाला, तर तावडतोब प्रयोग करणें बंद करावें.

ही विद्या फारच अवघड असून ती साध्य करून घेण्यास बराच काळ जेव्हां अभ्यास करावा लागतो, तेव्हां ती हस्तगत होते. ही विद्या

आकलन करण्याच्या निरनिराळया तज्ज्ञांनीं निरनिराळया ज्या अनेक रीति सांगितलेल्या आहेत, त्यापैकीं केवळ अभ्यासाकरितां म्हणून सोप्यांत सोप्या अशा ज्या कांहीं निवडक पद्धति यांत दिल्या आहेत त्या वाचून, व त्यांपैकीं आपल्या विचार-शक्तीला झेपेल त्या पद्धतीचा स्वीकार करून, या विद्येंत पारंगत झाल्यास फार फायदा होईल.

⁂ ⁂ ⁂ ५१ ⁂ ⁂ ⁂

मानसिक छायाचित्र-विद्या.

(Mental Photography.)

हें विचार-विक्षेपणाचें प्रकरण पुरें करण्याच्या आधीं, संसार-व्यवहारामध्यें राहून सुद्धां एकांतांत मनाच्या एकाग्रतेची कशी तयारि करावी हें जें मागें सांगितलें आहे, त्या गोष्टींतच जें **मानसिक छाया-चित्र-विद्या** (Mental Photography) हें प्रकरण येतें, त्याबद्दलची थोडीशी माहिती आतां सांगतों.

या प्रयोगाच्या स्पष्टीकरणार्थ सोबत जें चित्र दिलें आहे तें पाहा. एका खोलींत एकांतामध्यें एकाग्रमनानें आरामांत बसावें. शरीराचा प्रत्येक अवयव (Passive and relax) शांत व ढिला करावा, शरीरावर कपडे नसल्यास फार चांगलें. कपडे काढण्याची इच्छा नसल्यास कपडे ढिले असावेत. कागदाच्या एका सफेत तुकड्यावर काळया शाईचा वाटेल तेथें एक बुंद काढावा. तो बुंद काढतांना त्या बुंदांतच अमुक माणसाचें तें चित्र आहे अथवा तो बुंद हाच तो प्रत्यक्ष माणूस



मानासिक छाया चित्र-विद्या.

आहे, अशी दृढभावना आपल्या मनात धरून 'त्याच्याशीं आपली मैत्री होणें इष्ट आहे, अथवा अमक्या अमक्यानें माझ्या इच्छेप्रमाणें वागावें, किंवा तमक्याला मी माझ्या इच्छेप्रमाणें वागण्यास भाग पाडीन,' अशा तऱ्हेची हवी ती सुविचारी कल्पना आपण त्या बुंदाच्या खालीं लिहावी आणि नंतर तो कागद हातांत धरून मागें सांगितल्याप्रमाणें एकाग्रचित्तानें तें वाक्य वारंवार वाचावें व बुंदाकडे सलक्ष्य दृष्टि—प्रक्षेपण करावें. मात्र हा प्रयोग करीत असतां केव्हांहि उतावळेपणा करूं नये. अशा तऱ्हेच्या त्या वाक्याचें विचार—प्रक्षेपण, इच्छा पूर्ण होईपर्यंत रोज करावें. या प्रयोगाची सिद्धि, दहा पंधरा दिवसांत शेंकडा पंचाहत्तर टक्के प्राप्त झाल्याचें अनुभवास येतें. या विद्येचा उपयोग फक्त स्वतांसाठीं फार गुप्तपणें करून, त्याची परिस्फुटता न होऊं देण्याची खबरदारी घ्यावी. कारण, आपल्या अंतःकरणांतला विचार जर कोणाला समजला, तर तो हाणून पाडण्याचा अशाच तऱ्हेनें उलटा प्रयोग करण्यास आपले हितशत्रू कमी करणार नाहींत.

हें प्रकरण येथें संपलें व या विद्येचें जें मागें थोडक्यांत आविष्करण केलें आहे तेंहि येथें संपल्यामुळें या पुस्तकांतील विषयाची येथेंच जरी परिसमाप्ति झाली आहे. तरी ही विद्या हस्तगत करण्याच्या इच्छेनें या पुस्तकांतील प्रयोग करून पाहूं इच्छिणारांस एक शेवटची विनंती आहे. असें म्हणण्याचें कारण, मागें कित्येक स्थळीं अशा तऱ्हेचे इषारे दिलेलेच आहेत, तरी पण आतां येथें एक शेवटचा विनंतीरूप इषारा समारोपादाखल यापुढें देऊन या पुस्तकाची परिसमाप्ति करतों.

✻ ✻ ✻ ५२ ✻ ✻ ✻

समारोपाचा इषारा.

रवि आणि प्राण म्हणजेच ब्रह्म आणि माया असें ब्रह्मविद्येंत मानण्यांत येतें. त्यांच्या संयोगापासून प्रजोत्पत्ति होते, असें उपनिषत्कारांचें मत आहे. सर्वरूपधारी, श्वेतवर्णयुक्त, सर्व वस्तूंना जाणणारा, सर्वाश्रय, दैदीप्यमान व निरूपम ज्योति असा जो असंख्याकिरणयुक्त आणि प्राणीमात्रांत वास करणारा सूर्य जो प्राणांचा प्राण तो जर नष्ट होईल, तर जगाचे दिसणारे सर्व व्यवहार बंद होतील. या प्राणरूप सूर्याचें प्रश्नोपनिषदांत पुढील प्रमाणें वर्णन आहे:—

पंचपादं पितरं द्वादशाकृतिं ।
दिव आहुः परे अर्धे पुरीषिणाम् ।।
अथेमे अन्य उ परे विचक्षणम् ।
सप्तचक्रे षडर आहुरर्पितन् ।। इति ।।

वरील सूत्रांत सूर्याला जे पांच पाय आहेत म्हणून म्हटलें आहे त्याचा अर्थ–हेमंत व शिशिर या दोन ऋतूंचा मिळून एक पाद धरून पांच ऋतु व बारा अवयव जे सांगितले आहेत, ते वर्षाचे बारा महिने होत. वगैरे जें अनेक प्रकारचें वर्णन सूर्यासंबंधानें केलेलें आहे, तें जरी कवित्वरूप असलें, तरी त्यांत फार मोठा अर्थ भरलेला आहे.

अन्नं वै प्रजापतिम् । ततो ह वै तद् रेतसम् ।
तस्माद् इमाः प्रजाः प्रजायन्ते ॥ इति ॥

या उपनिषद्वाक्यांचा असा अर्थ आहे कीं, अन्न हें प्रजापति असून, त्यापासूनच रेतोत्पत्ति होते, आणि त्या रेतापासूनच अखिल प्रजा उत्पन्न होतात. तेव्हां असें जें प्रजोत्पादक रेत व त्याचा उत्पादक जो सूर्य, तोच आमच्या या शास्त्राची आधिष्ट देवता होय. कारण, तेजो-किरणांच्या लहरींवांचून आमच्या या शास्त्राचा कोणालाहि उपयोग करून घेतां येणार नाहीं. रात्र असो अथवा दिवस असो, जोंपर्यंत जगदात्मा जो सूर्यरूप प्राण तो आमच्या देहांत असतो, तोंपर्यंत आम्ही त्याचे किरण आमच्या देहाबाहेर—आमच्या नेत्रांकडून, अवयवां-कडून आणि मानसाकडून—अशा तीन प्रकारें फेंकून इष्टसिद्धि प्राप्त करून घेऊं शकतों. मात्र यांत अढळ ब्रह्मचर्य आणि शुचिर्भूतता यांची पूर्ण आवश्यकता असावी लागते. केवळ नाडबंद राहाणें याचा अर्थ जरी ब्रह्मचर्य असा केला जातो, तरी सांसारिक स्त्रीपुरुषांच्या ब्रह्मचर्याचा अर्थ त्याहून जरा वेगळा आहे. या बाबतींत आमचे उप-निषत्कार असें सांगतात:—

अहोरात्रौ वै प्रजापतिम् ।
तस्याहरेव प्राणो रात्रिरेव रयिः ।

प्राणं वा एते प्रस्कन्दन्ति ये दिवा संयुज्यन्ते ।
ब्रह्मचर्यमेव तद् यद् रात्रौ रत्या संयुज्यन्ते ॥

[एक अहोरात्र म्हणजे प्रजापति. त्यांतला दिवस तो प्राण आणि रात्र म्हणजे रयि (जल–रेत). जे कोणी दिवसां स्त्रीसंग करतात ते प्राणच देतात व रात्रीं जे रति करतात, त्यांचें तें करणें ब्रह्मचर्यच होय.]

यावरून, या शास्त्राचा अभ्यास करणाऱ्याचें वर्तन कोणच्या तऱ्हेनें असलें पाहिजे व ब्रह्मचर्य म्हणजे काय व तें कसें राखावें हें ध्यानांत येणार आहे. आतां शुचिर्भूतता म्हणजे काय तें पाहा.

तेषां असौ विरजो ब्रह्मलोको न येषु
जिह्मं अनृजं न माया च ॥ इति ॥

[ज्याच्या अंगीं कौटील्य नाहीं, असत्य नाहीं, मिथ्याचार नाहीं, त्यांनाच ब्रह्मलोकप्राप्ति म्हणजे सूर्यलोक–अर्थात प्राणरूप सूर्याचें साह्य मिळतें.]

यावरून, शुचिर्भूतता म्हणजे स्नानादि शरीरसफाई वगैरे जे बाह्य देहशुद्धीचे प्रकार, तेच केवळ नसून, त्यांच्यासारख्या बाह्योपचारांसह वर सांगितलेले जे आंतरोपचार तेहि आवश्य परिपालित केलेले असले पाहिजेत. तरच शुचिर्भूतता आणि ब्रह्मचर्य यांच्या सांगडीच्या पायावर, या पुस्तकांतील शास्त्र–इतर निर्दिष्ट नियमानुरोधें सफलता पावतें.

अरा इव रथनाभौ प्राणे सर्वं प्रतिष्ठितम् ।

गाडीच्या चांकाचा तुंबा हें जसें त्याचें नाभीस्थान व त्यापासून सर्व दिशांकडे धांवून चाकाच्या चकारीत जसे त्याचे आरे संमिश्रित होतात, तद्वतच मानवी देहरूप गाड्याचा तुंबा ही नाभी होय व तिच्या पासून फांकणारे जे किरण तेच या विश्वचक्राच्या चकारींत शिरणारे त्या नाभिचक्राच्या तुंबारूप नाभीचे आरे होत. हे किरण दुर्वासनेनें मलीनता पावून, इष्टकार्यसिद्धि करण्यास असमर्थ होतात यास्तव, वर सांगितलेल्या—शुचिर्भूतता आणि ब्रह्मचर्य यांच्या निर्धौतकानें म्हणजे मार्जनानें (Polish) ते किरण नेहमी, शत्रूच्या उरावर धरण्याच्या खड्गाप्रमाणें, सतेज ठेवावे लागतात. परस्त्रीच्या अभिलाषाची केवळ निमिषमात्र वासनाहि जरी मनोद्भूत झाली, तरी ते किरण जसे मलीनता पावतात, तद्वतच इतर कोणच्याहि प्रकारच्या कौटिल्याच्या दुर्वासनेनेंहि निस्तेज होतात. यास्तव, तसलीं कर्में अथवा तसल्या नुसत्या वासनांची निमिषमात्रहि उत्पत्ति मनोभूमीवर होऊं देतां कामा नये. दुष्ट आहार केल्यानें दुर्वृत्ति उत्पन्न होतात. यास्तव, या विद्येचा अभ्यास करणारांनीं आपला आहार कसा ठेवावा तें आतां सांगतों.

नित्य नियमानें सूर्योदयाच्या आधीं अंथरुणांतून उठून, अंतः-करण सुप्रसन्न राहील अशा तऱ्हेचाच सात्विक आहार रात्रीं केला पाहिजे; म्हणजे अपचन होत नाहीं व उत्तम झोंप येते. शरीराला

थकवा न येईल असे श्रम करावे, म्हणजे आळस उत्पन्न होत नाहीं. या शास्त्राचा अभ्यास करणाऱ्या स्त्रीपुरुषांना या गोष्टी समसमानच लागू आहेत. शास्त्रवाद्यांनीं स्त्रियांचा स्वभाव अत्यंत चंचल असल्याचें जें स्पष्टीकरण केलें आहे, तें जरी सर्वथा खरें असलें, तरी हट्टाला पेटून एखाद्या स्त्रीनें एकादें कल्पनातीत अवघड काम करण्याचें दृढनिश्चयानें अंगिकारलें, तर स्त्रीजातीचा जो तिच्या अंगचा साहजिक चंचलपणा, तो सर्वस्वी नष्ट होऊन, पुरुषावरहि ती मात करूं शकते, याचे दाखले अनेक आहेत. महाभारतांतील अंबिकेचेंच कां उदाहरण घ्याना. भिष्माचार्य जरी आपल्या ब्रह्मचर्याच्या प्रतिज्ञेला घट्ट चिकटून राहून, अंबिकेला पत्नि करून घेण्याच्या पूर्वीच्या कल्पनेपासून पराङ्मुख झाले, तरी त्यांचा सूड घेण्यासाठीं, चंचल हृदयाच्या मानिलेल्या अंबेच्या स्त्रीहृदयानें तपश्चर्याकरून, इहजन्मीं नाहीं तरी पुढील जन्मीं, शिखंडीच्या रूपानें, भीष्माचार्यांचा प्राणनाश करण्याचें तिनें जें ईशवरदान मिळविलें व त्यांत तिनें जीं अनंत संकटें सोसून, आपला उद्देश सफल करून घेण्याचे जे प्रयत्न केले, ते नैसर्गिक स्त्रीजातिस्वभावापुरते तरी अवर्णनीयच होत यांत शंका नाहीं. यासाठीं पुरुषांच्या ब्रह्मचर्याप्रमाणेंच स्त्रियांनींहि आपलें पातिव्रत्य शुचिर्भूतावस्थेंत जतन केल्यास, त्यांस पुरुषांप्रमाणेंच यशःसिद्धि प्राप्त होते, असें समजावें. अंबेप्रमाणेंच आणखींहि स्त्रियांची बरीच उदाहरणें देतां येतील;

परंतु स्थलावकाश नाहीं. सबब फक्त एकच आतां येथें उध्दृत करतों. अभिमन्यूचें व घटोत्कचाचें युद्ध, भारती युद्धापूर्वी जेव्हां तो द्वारकेला जात असतां वाटेंत झालें, तेव्हां अभिमन्यु गतप्राण होऊन पडला असतां, त्याची माता सुभद्रा जी त्याचें सारथ्य करीत होती, ती महा-न्पातिव्रता असल्यानेंच, तिनें आपल्या कपाळच्या कुंकवाचा हात नुसता त्याच्या अंगावर फिरवून, त्याला जिवंत केलें, ही गोष्ट साधूंच्या अंगाऱ्या-सारखीच प्राणदात्री नव्हे काय? पुढें अभिमन्युनेंहि घटोत्कचाला गतप्राण केला. तेव्हां, तो भीमपुत्र आहे असें समजतांच त्यालाहि तिनें त्याच प्रयोगानें जिवंत करून, त्याच्या साह्यावर आपल्या मुलाचें लग्न द्वारकेंत जाऊन घडवून आणिलें. या गोष्टी पुराणांना भाकडकथा म्हणणाऱ्या मूढांना जरी अतथ्य वाटल्या, तरी तशा प्रकारच्या पुरा-णोक्त गोष्टी अतथ्य नसतात, ही गोष्ट सध्यां पाश्चिमात्य जग आम्हांला विजेच्या शक्तीच्या प्रभावाचें जें शास्त्र शिकवूं लागलें आहे, याचा धडा नास्तिकांनीं घेऊनः—

एक एव मनो देवो ज्ञेयः सर्वार्थसिद्धिदः।
अन्यत्र विफलः क्लेशः सर्वेषां तज्जयं विना॥

असें जें योगवासिष्टांत वचन आहे तें पूर्ण ध्यानांत आणून, चार्वाकी सोडावी हेंच त्यांचें जीवितसाफल्य होय. असो. इतकें थोडक्यांतच पण

सर्वांना पटेल अशा आशेनें आवश्यक तेवढेंच येथें विवेचन करून, ज्या गोष्टी मुख्यत्वें ध्यानांत ठेविल्या व त्यांचें प्रतिपालन केलें तरच ही विद्या प्राप्त होतें तें कृत्य येणें प्रमाणें:—

या पुस्तकाच्या वाचकांनीं व या विद्येचे प्रयोग साध्य करूं इच्छिणारांनीं, आधीं ही गोष्ट अवश्य ध्यानांत ठेविली पाहिजे कीं, या विद्येचा कोणीहि सन्मार्गाविरुद्ध उपयोग करण्यासाठीं इचें आकलन करून उपयोग करण्याचें धारिष्ट करणें, हें स्वतांच्या नाशास कारणीभूत होणारें आहे. या विद्येचा उपयोग स्वतांच्या फायद्यासाठीं दुसऱ्याची हानि करण्यांत करूं नये व कोणचीहि वस्तु या विद्येनें फुकट प्राप्त करून घेण्याचें धारिष्ट मनांत धरूं नये. अमक्या तमक्यानें माझ्यावर लुब्ध होऊन मला द्रव्य द्यावें, अथवा अमुक स्त्री माझ्यावर आषक व्हावी, अशा तऱ्हेच्या दुष्ट व पापी कल्पनांना वश होऊन या विद्येचा जर कोणी उपयोग करून घेतला तर त्याचा त्याला अंतीं फार वाईट परिणाम भोगावा लागेल, हें पक्कें ध्यानांत ठेवावें. ही विद्या प्राप्त करून घेणाऱ्यानें स्वस्त्रीशिवाय इतर स्त्रिया माता, भगिनी, सुना, लेकीच मानिल्या पाहिजेत व दुसऱ्याचा पैसा नरकवत् समजला पाहिजे. जारण, मारण, उच्चाटनादि क्रिया जरी या विद्येनें होऊं शकतील, तरी त्या करूं नयेत. कारण, क्षणैकसुखासाठीं त्यायोगानें सदोदितची अधो- [illegible] ही विद्या प्राप्त करून घेऊन स्वतांच्या पवित्र आचार-

णानें जगदुद्धार करून जगद्वंद्य व्हावें, अशी या विद्येची प्रतिष्ठा आहे. सरळ आणि पवित्र गोष्टींत या विद्येचा उपयोग करून साधुसंताच्या पंक्तींत बसावें, अशी इची योग्यता आहे. यास्तव, लेखकावर कृपा करून, मन पवित्र राखून, सदाचरणानें या विद्येचा उपयोग करण्याची शपथ घ्यावी आणि मग इचा उपयोग करण्यास सुरुवात करावी, अशी सप्रेम विनंती करून, वाचकांवर त्यांची इच्छा सोपवतों आणि लेखणी खालीं ठेवतांना

ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः

असा त्रिवार उच्चार करून लेखणीला विराम देतो.

॥ ॐ तत्सत् ॥